कक्षा–3

नाम : ....

माता का नाम : ....

पिता का नाम : ....

विद्यालय का नाम : ....

पता : ....

नि:शुल्क वितरण हेतु

मुख्य संरक्षण : डॉ० प्रभात कुमार, अपर मुख्य सचिव, बेसिक शिक्षा, उत्तर प्रदेश।

संरक्षण : डॉ० वेदपति मिश्र, राज्य परियोजना निदेशक, उ०प्र० सभी के लिए शिक्षा परियोजना परि लखनऊ।

निर्देशन : श्री संजय सिन्हा, निदेशक, राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, उ०प्र०, लखनऊ।

समन्वयन : डॉ० आशुतोष दुबे, प्राचार्य, राज्य शिक्षा संस्थान, उ०प्र०, प्रयागराज।

परामर्श मंडल : प्रो० के०सी० त्रिपाठी, एन०सी०ई०आर०टी०, नई दिल्ली, डॉ० अपूर्व राजपूत, एन०सी०ई०आर०टी०, नई दिल्ली, ऊषा शर्मा, एन०सी०ई०आर०टी०, नई दिल्ली, प्रो० सं वर्मा, साक्षी दुनिया, लखनऊ, विभाकान्त शुक्ल, डॉ० स्कन्द शुक्ल, राजेश श्रीवा सुरेन्द्र प्रसाद सिंह, इग्नस पहल।

परिशोधन : डॉ० आशुतोष दुबे, प्रांतीय शैक्षिक सेवा, उत्तर प्रदेश

समीक्षा : श्री मनोज कुमार अहिरवार, पाठ्यपुस्तक अधिकारी, श्रीमती रमारानी,उ०प्र०, डॉ० निहारिका कुमार, जया शुक्ला, डॉ० रेनू बाजपेयी।

लेखन एवं सम्पादन : नीलम मिश्रा, शशिबाला चौधरी, दीपा मिश्रा, डॉ० निहारिका कुमार, जया शुक्ला, मालविका स्वरूप, सुरेन्द्र प्रसाद सिंह, डॉ० अवनीश यादव, अमिता मिश्रा, प्रशान्त कुमार ओझा, माधव चौरसिया, रवीन्द्र मिश्र।

कम्प्यूटर ले-आउट : राजेश कुमार यादव।

चित्रांकन : रजनीश कुमार सिंह सोमवंशी, चुन्नीलाल पांचाल, रवीन्द्र नाथ कुशवाहा, ऋतुराज रमण।

आभार : पाठ्यपुस्तक के विकास में विभिन्न संस्थाओं की पाठ्य-सामग्री/साहित्य का उपयोग किया गया है। हम उन सभी के प्रति आभारी हैं।

मुद्रक एवं प्रकाशक : पीताम्बरा बुक्स प्रा०लि०, बी-95, औद्योगिक क्षेत्र, बिजौली, झाँसी

संस्करण : संशोधित

शिक्षा सत्र : 2019-20

मुद्रित प्रतियों की संख्या : 5,00,000

अन्तः पृष्ठ के कागज का विशिष्टीकरण: प्रयुक्त कागज मिल Bilt Graphic Paper Product Limited वर्जिन पल्प युक्त कागज बैम्बू अथवा वुड बेस्ड (Bamboo or wood based) के अतिरिक्त अन्य एग्रो बेस्ड (Agro based) अर्थात बगास पर आधारित एवं ग्रीन लेड एण्ड क्रीमवोव पेपर 70 जी.एस.एम. भार तथा आकार 50.8 सेमी.x 76.2सेमी. का है।कागज की ब्राइटनेस न्यूनतम 80 प्रतिशत, वन मिनट कॉब टेस्ट की अधिकतम औसत 22, ब्रेकिंग लेन्थ क्रॉस डायरेक्शन 1700, मशीन डायरेक्शन 200 ओपेसिटी न्यूनतम-85 प्रतिशत एवं रजिस्टेन्ट टू फेदरिंग-टू पास द टेस्ट, टियर इन्डेक्स सी०डी० 4.0 एवं एम०डी० 3.5 है। प्रयुक्त होने वाला कागज में अन्य विशिष्टियाँ बी०आई०एस० कोड-1848 (चौथा पुनरीक्षण) के अनुसार हैं।

पुस्तकों में प्रिन्ट साइजः 15.9 सेमी.x 22.1 सेमी. ट्रिम साइजः 18.41 सेमी x 24.13 सेमी. है।

सम्पादन : पाठ्य पुस्तक विभाग, शिक्षा निदेशालय (बेसिक), उ०प्र०।

प्राक्कथन

बच्चे राष्ट्र के भावी कर्णधार हैं। उन्हें इस गुरुतर दायित्व के निर्वहन हेतु तैयार करने तथा अपेक्षित ज्ञान व कौशलों से परिपूर्ण बनाने में शिक्षा की भूमिका सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण है। आज वैज्ञानिक एवं तकनीकी विकास के कारण जीवन के सभी क्षेत्रों में क्रांतिकारी परिवर्तन हुए हैं। प्रदेश के बच्चे राष्ट्रीय विकास के साथ–साथ वैश्विक विकास के सहभागी और संवाहक बनें, इसके लिए शिक्षा के सभी पहलुओं में समय सापेक्ष अपेक्षित परिवर्तन अत्यावश्यक है।

राष्ट्रीय पाठ्यचर्या की रूपरेखा 2005, निःशुल्क एवं अनिवार्य बाल शिक्षा का अधिकार अधिनियम 2009 तथा उ०प्र० राज्य पाठ्यचर्या की रूपरेखा 2013 के आलोक में प्राथमिक / उच्च प्राथमिक स्तरीय पाठ्यक्रम का पुनरीक्षण तथा विकास किया गया है। नव विकसित पाठ्यक्रम के आलोक में पाठ्यपुस्तकों का विकास राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, उ०प्र० तथा इसकी अधीनस्थ इकाइयों द्वारा किया गया है। पाठ्यपुस्तकों के विकास में राष्ट्रीय शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद्, नई दिल्ली, विश्वविद्यालय के विशेषज्ञों तथा संबंधित विषय–विशेषज्ञों की सहायता ली गई है। उद्देश्य यह है कि पाठ्यपुस्तकें पाठ्यक्रम में निर्धारित दक्षताओं और कौशलों को कक्षा में सिखाने में सहायक सिद्ध हों व सीखने–सिखाने की प्रक्रिया को सहज, सरल, रुचिपूर्ण तथा सुगम बनाया जा सके।

प्रस्तुत पाठ्यपुस्तक में इस विषय का पाठ्यक्रम, पाठ्यक्रम का मासिक विभाजन,QR Code (Quick Response Code) तथा शिक्षण–अधिगम परिणाम (लर्निंग आउटकम) सम्मिलित हैं। पाठ्यपुस्तक में पाठ्यक्रम का मासिक विभाजन सम्मिलित करने का उद्देश्य यह है कि विषयवस्तु के साथ ही संपूर्ण शैक्षिक सत्र में पढ़ाए जाने वाले बिंदुओं की विस्तृत जानकारी शिक्षक के सम्मुख उपलब्ध रहे। पुस्तकों में समाहित QR Code की सहायता से शिक्षक पाठ्यपुस्तक में दी गई विषयवस्तु के अतिरिक्त टेक्स्ट, ऑडियो एवं वीडियो के रूप में उपलब्ध डिजिटल पाठ्य सामग्री को ऑनलाइन देखकर शिक्षण में उसका प्रभावी प्रयोग करने में सक्षम होंगे। सीखने की प्रक्रिया में माता–पिता, शिक्षक तथा बच्चों की सम्मिलित भागीदारी को दृष्टिगत रखते हुए पुस्तक के प्रारंभ में शिक्षण–अधिगम परिणाम (लर्निंग आउटकम) सम्मिलित किए गए हैं। इनके आलोक में शिक्षक, छात्र–छात्राओं की प्रगति का आकलन करें तथा शिक्षण–प्रक्रिया का आयोजन इस प्रकार करें कि सभी बच्चे सीखने के अपेक्षित स्तर को प्राप्त कर सकें। इनके माध्यम से यह जानना संभव होगा कि बच्चों ने क्या सीखा।

पाठ्यपुस्तकें संबंधित विषय को सीखने–सिखाने का महत्त्वपूर्ण साधन हैं। अतः पुस्तकों में विषयवस्तु, गतिविधियों, चित्रों, अभ्यासों आदि में विविधता का ध्यान रखते हुए यह प्रयास किया गया है कि बच्चे अपने परिवेशीय संदर्भों व अनुभवों का उपयोग करते हुए स्वयं सक्रिय रह कर सीखने में आनंद ले सकें। उनमें चिंतन, तर्क, खोजबीन, कल्पना करने, अनुमान लगाने, समस्या समाधान, निर्णय लेने के कौशलों का विकास हो सके तथा उन्हें स्वयं के विचारों व भावनाओं को स्वतंत्र रूप से अभिव्यक्त करने का भरपूर अवसर मिल सके, जिससे उनके लिए सीखना सरल, रुचिकर एवं स्वाभाविक प्रक्रिया बन सके।

राज्य शैक्षिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद् उ०प्र०,लखनऊ तथा प्राचार्य, राज्य शिक्षा संस्थान, उ०प्र०, प्रयागराज और उनके सहयोगी विशेष बधाई के पात्र हैं जिन्होंने अत्यंत परिश्रम तथा मनोयोग से पाठ्यपुस्तकों का परिमार्जन कर उसे नये कलेवर में प्रस्तुत किया है। उ०प्र० सभी के लिए शिक्षा परियोजना परिषद् तथा सभी विशेषज्ञ व शिक्षाविद्, जिनके सहयोग से इस पाठ्यपुस्तक को वर्तमान स्वरूप में प्रस्तुत किया जा रहा है, उनके लिए हम कृतज्ञ हैं। पाठ्यपुस्तक अधिकारी तथा उनके सहयोगी भी बधाई के पात्र हैं, जिनके अथक परिश्रम से पाठ्यपुस्तकें छात्र–छात्राओं के लिए उपलब्ध हो रही हैं। यह विश्वास है कि पाठ्यपुस्तकें कक्षा में छात्र–छात्राओं की संप्राप्ति का अपेक्षित स्तर विकसित करने में सहायक सिद्ध होंगी।

अप्रैल, 2019

डॉ०(सर्वेन्द्र विक्रम बहादुर सिंह)
शिक्षा निदेशक (बेसिक)
एवं
अध्यक्ष, उ०प्र० बेसिक शिक्षा परिषद्।

पाठ्यक्रम

हमारा परिवार– परिवार एवं उसके सदस्यों में आपसी संबंध तथा मुखिया के कार्य, सदस्यों का आपस में मिलजुल कर रहना, एक–दूसरे की देखभाल करना, घूमना–फिरना, त्योहार मनाना, बचत करने का गुण, परिवार में बालक–बालिका, महिला–पुरुष के साथ उचित व्यवहार। बड़े–बुजुर्गों के प्रति सम्मान व सेवा भाव तथा विशिष्ट आवश्यकता वाले व्यक्तियों के प्रति व्यवहार एवं उनकी सहायता, पास–पड़ोस के लोगों तथा मित्रों के साथ हमारा अच्छा व्यवहार।

हमारा परिवेश– स्थानीय पेड़–पौधों की पहचान एवं हमारे जीवन में उनकी उपयोगिता, पेड़–पौधों की देखभाल, स्थानीय परिवेश की विभिन्न प्रकार की पत्तियों का परिचय, स्थानीय पशु–पक्षियों की पहचान एवं देखभाल, हमारे पालतू पशु–पक्षी भी हमारे परिवार के अंग, छोटे–बड़े रेंगने वाले, चलने वाले, कूदने वाले, उड़ने वाले जीव–जंतुओं का वर्गीकरण, मनुष्य, पेड़–पौधों एवं पशु–पक्षियों की परस्पर निर्भरता।

हमारा भोजन– भोजन की आवश्यकता एवं महत्त्व, भोज्य पदार्थों का वर्गीकरण, संतुलित भोजन व हमारा स्वास्थ्य, कच्चा तथा पकाकर खाए जाने वाले भोज्य पदार्थों की पहचान व वर्गीकरण, भोजन के पाचन में जीभ एवं दाँत के कार्य, पशुओं का भोजन, भोजन करने में पशुओं के दाँतों का महत्त्व, पक्षियों का भोजन, भोजन करने में पक्षियों के चोंच व पंजों का महत्त्व।

हमारा आवास– मनुष्य एवं पशु–पक्षियों के लिए घर/आवास की आवश्यकता एवं उपयोगिता, हमारे विभिन्न प्रकार के घर एवं पशु–पक्षियों के घर/आवास।

पाठ्यक्रम का मासिक विभाजन

माह	पाठ
अप्रैल	* हमारा परिवार * पास-पड़ोस
मई	* परिवेशीय पेड़-पौधे
जून	* ग्रीष्मावकाश
जुलाई	* परिवेशीय जीव-जंतु
अगस्त	* हमारा भोजन * कितना सीखा (1) * प्रथम सत्र परीक्षा
सितम्बर	* पशु-पक्षियों का भोजन एवं सहायक अंग * हमारा घर
अक्टूबर	* कितना सीखा (2) * पशु-पक्षियों का आवास * अर्द्धवार्षिक परीक्षा
नवम्बर	* पानी अनमोल है * स्वच्छ रहें, स्वस्थ रहें
दिसम्बर	* हमारी सुरक्षा * यातायात के साधन * द्वितीय सत्र परीक्षा
जनवरी	* यातायात के नियम * कितना सीखा (3)
फरवरी	* संचार के साधन * कूकी कोयल कुल्हड़ ला * कितना सीखा (4)
मार्च	* पुनरावृत्ति * वार्षिक परीक्षा

हमारा स्वास्थ्य– अच्छे स्वास्थ्य के लिए दाँत, जीभ, आँख, कान, बाल, नाखून आदि की स्वच्छता की आवश्यकता, अच्छे स्वास्थ्य हेतु घर और पास–पड़ोस की स्वच्छता की आवश्यकता, घर, विद्यालय, खेल का मैदान, सड़क आदि पर सुरक्षा संबंधी ध्यान देने योग्य बातें, जैसे–आग, चाकू, बिजली के उपकरणों से दूर रहना, सड़क पर चलते या पार करते समय सावधान रहना, सड़क पर खेलने से होने वाली दुर्घटना से सावधान रहना, पेंसिल तथा अन्य नुकीली वस्तुओं के मुँह या कान में डालने से हानि, शारीरिक क्षति पहुँचाने वाले खेलों के प्रति सतर्कता रखना।

जल– हमारे जीवन में जल की आवश्यकता एवं महत्त्व, मनुष्य, पशु–पक्षियों एवं पेड़–पौधों के लिए जल की आवश्यकता, जल की कमी/जल संकट, जल के अपव्यय/बर्बादी को रोकना।

यातायात के साधन– यातायात के विभिन्न साधनों जैसे–इक्का/ताँगा, बैलगाड़ी, नाव, रिक्शा, साइकिल, ऑटो, रेल, बस, हवाई जहाज, पानी का जहाज आदि की पहचान, यातायात के सामान्य नियमों की जानकारी एवं संकेतों की पहचान।

संचार के साधन– संचार के विभिन्न साधनों जैसे–रेडियो, टी.वी., मोबाइल, टेलीफोन आदि की पहचान करना, समय के साथ परिवर्तित संचार के विभिन्न साधनों की सामान्य जानकारी, जैसे संदेशवाहक, कबूतर, चिट्ठी, टेलीफोन, ई–मेल, मोबाइल आदि।

जीवनोपयोगी वस्तुओं का निर्माण– मिट्टी के बर्तनों जैसे–कुल्हड़, सुराही, घड़ा आदि के बनाने की प्रक्रिया।

- परिवार के अलग–अलग सदस्यों द्वारा तथा उनके आपसी सहयोग से किए जाने वाले कार्यों की सूची बनाते हैं।
- अपने शिक्षकों, परिवार के सदस्यों, अपने आसपास के लोगों तथा अपने साथियों के साथ शिष्ट व सम्मानपूर्ण व्यवहार करते हैं।
- कक्षा–कक्ष की विभिन्न गतिविधियों जैसे–सांस्कृतिक कार्यक्रम, प्रोजेक्ट कार्य आदि में बच्चे एक–दूसरे का सहयोग करते हैं।
- अपने परिवेशीय पेड़–पौधे एवं जीव–जंतुओं की पहचान कर लेते हैं। उनकी उपयोगिता एवं उनके संरक्षण के तरीकों पर चर्चा करते हैं।
- अपने आस–पास के पेड़–पौधों और जीव–जंतुओं को उनके अवलोकन किए जाने वाले लक्षणों (स्वरूप, कान, बाल, चोंच आदि), मूल प्रवृत्तियों (पालतू, जंगली, फल, सब्जी आदि), उपयोग (खाने योग्य, सजावट आदि), गुण (गंध व स्वाद आदि) के आधार पर समूहों में बाँटते हैं।
- स्वस्थ शरीर के लिए आवश्यक भोज्य पदार्थों का नाम बता पाते हैं एवं संतुलित आहार में सम्मिलित भोज्य पदार्थों की सूची बना पाते हैं।
- बच्चे अपने भोजन में जिन भोज्य पदार्थों का प्रयोग करते हैं उनके नाम तथा उनसे होने वाले लाभ को बताते हैं।
- अच्छे स्वास्थ्य हेतु स्वच्छता के महत्व पर चर्चा करते हैं एवं स्वच्छ रहने के तौर–तरीकों का पालन करते हैं।
- स्वच्छता और स्वास्थ्य से सम्बन्धित स्लोगन को समझकर अपने दैनिक जीवन में उनका उपयोग करते हैं।

शिक्षण अधिगम परिणाम

पर्यावरण अध्ययन बच्चों को सिर्फ उनके परिवेश से ही परिचित नहीं कराता बल्कि उनके तथा परिवेश के मध्य संबंधों को मज़बूती प्रदान करता है। पर्यावरण अध्ययन शिक्षण के अन्तर्गत बच्चों को सीधी जानकारी, परिभाषाएँ तथा विवरण देने के स्थान पर ऐसा वातावरण तैयार करना है, जिससे वे अपने ज्ञान का सृजन स्वयं करें। ज्ञान के सृजन के लिए वे अपने परिवेश, अन्य बच्चों तथा बड़ों के साथ अंतः क्रिया करें। पर्यावरण अध्ययन कोई एक विषय–क्षेत्र नहीं है, बल्कि विभिन्न विषय क्षेत्रों का एक समूह है। पर्यावरण अध्ययन बच्चों को पर्यावरण के प्रति जागरूक करता है तथा उससे संबंधित चुनौतियों का सामना करने हेतु तैयार करता है। उक्त परिप्रेक्ष्य में पर्यावरण अध्ययन विषय हेतु शिक्षण संबंधी परिणाम (Learning Outcomes) विकसित किये गये हैं। इनकी सम्प्राप्ति द्वारा शिक्षक बच्चों में पर्यावरण के संरक्षण के प्रति जागरूकता तथा पर्यावरण को सुरक्षित एवं संरक्षित रखने के प्रति जिम्मेदारी की भावना को विकसित कर सकेंगे।

बच्चे–

- अपने परिवार व परिवार के सदस्यों का नाम बता पाते हैं एवं उन सदस्यों से अपने रिश्तों को व्यक्त करते हैं।
- परिवार के अलग–अलग सदस्यों के कार्यों को बताते हैं।

- बच्चे पशु–पक्षियों के आहार, उपयोगी अंगों, आवास आदि को पहचानते हैं, उनका चित्र बनाते हैं तथा उनके महत्त्व को बता पाते हैं।
- स्थानीय परिवेश में जल प्राप्ति के स्रोतों की सूची बना लेते हैं।
- अपने दैनिक जीवन में जल का महत्त्व, पीने योग्य स्रोत की पहचान तथा जल संरक्षण के उपायों पर चर्चा करते हैं।
- स्वयं की सुरक्षा से जुड़े महत्वपूर्ण उपायों का वर्णन करते हैं।
- दैनिक जीवन में स्वयं की सुरक्षा से जुड़े नियमों का पालन करते हैं।
- यातायात के विभिन्न साधनों को चित्र में देखकर पहचान लेते हैं।
- यातायात के प्रमुख नियमों को बताते हैं और दैनिक जीवन में यातायात के नियमों का पालन करते हैं।
- संचार के विभिन्न प्राचीन एवं आधुनिक साधनों को पहचानते है तथा उनका दैनिक जीवन में उपयोग बताते हैं।
- दैनिक जीवन में प्रयोग में आने वाले मिट्टी के बर्तनों को पहचानते हैं तथा उनके उपयोगों का उल्लेख करते हैं।
- अपने पास–पड़ोस की मिट्टी की विशेषताएँ बता पाते हैं।

क्या-कहाँ ?

1 हमारा परिवार

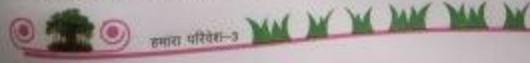
7CHX48

यह चित्र मधु के परिवार का है। मधु के परिवार में हैं– उसकी दादी, दादा, माँ, पापा और भाई मोनू।

तुम्हारे परिवार में कौन–कौन है ? उनके नाम यहाँ लिखो–

....

....

- बच्चों को परिवार के बारे में बताएँ। बच्चों से उनके परिवार के बारे में बातचीत करें। परिवार के सदस्यों के नाम के साथ–साथ उनके कामों के बारे में भी बातचीत करें।

मधु के दादाजी बाजार जा रहे हैं। बाजार से शक्कर, नमक और सरसों का तेल लाना है। माँ ने मोनू के लिए पेन मँगाया है और धागे भी। मधु को पेंसिल बॉक्स खरीदना है। वह भी दादाजी के साथ बाज़ार जा रही है।

मधु और दादाजी घर से निकले ही थे कि पीछे से आवाज आई–"दादीजी की दवा का पर्चा तो घर पर ही रह गया है। दादीजी की दवा भी लानी है।" मधु ने पलटकर देखा तो मोनू था। दादाजी ने पास के मेडिकल स्टोर से दवा खरीदकर मोनू को दे दी। घर आकर उसने दादी को दवा खिलाई।

दादाजी परिवार के सभी लोगों की जरूरतों का ध्यान रखते हैं। सभी के साथ एक जैसा व्यवहार करते हैं। सभी की बातों को सुनते हैं। दादाजी घर के मुखिया हैं।

मधु के दादाजी की तरह उसकी दोस्त शीतल की माँ भी अपने परिवार का ध्यान रखती हैं। शीतल के पापा और चाचा शहर में काम करते हैं।

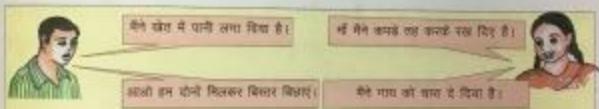
- तुम्हारे घर का मुखिया कौन है और क्यों?

....

....

....।

बाज़ार से लौटकर दादाजी और मधु घर पहुँचे। माँ आँगन साफ कर रही थीं। घर में पड़ोस के सुरेश चाचा बैठे थे। मधु ने उन्हें प्रणाम किया। उनके लिए मिठाई और पानी लेने गई, लेकिन घर में मिठाई तो थी नहीं। मधु सोचने लगी, पानी के साथ क्या दें ? तभी देखा पापा पानी और बिस्किट लेकर आए। सुरेश चाचा ने बिस्किट खाया और पानी पिया। दादाजी से थोड़ी देर बात करके सुरेश चाचा चले गए।

मधु ने झोले से पेन निकालकर मोनू को दे दिया। शक्कर, नमक और तेल लेकर मोनू ने रसोई में रख दिया। माँ ने धागे ले लिए। मधु ने अपना बॉक्स लिया। मधु और मोनू अपने परिवार में और क्या–क्या काम करते हैं? चित्र में देखो।

घर के किन–किन कामों को तुम मिलकर करते हो ?

....।

मधु के परिवार में खेती का काम होता है। खेती के अलावा उसके पापा कपड़ों पर प्रेस (इस्त्री) भी करते हैं। माँ, मधु और मोनू इस काम में उनकी मदद करते हैं। अब तो मोनू ने भी अपने पापा से प्रेस करना सीख लिया है। दादाजी के साथ मधु और मोनू पेड़–पौधों की देखभाल भी करते हैं।

परिवार के लोग मिलजुल कर घर के सभी काम करते हैं।

क्या तुम्हारा परिवार भी मिलकर कोई कार्य करता है। यदि हाँ, तो क्या ?

....

इस काम में तुम क्या मदद करते हो ?

....

परिवार पहली पाठशाला

हम सब परिवार के साथ रहते हैं। हमारे परिवार में माता–पिता, भाई–बहन, ताऊ–ताई, चाचा–चाची होते हैं। बुआ भी होती हैं।

हम अपने परिवार से ही सबसे पहले सीखना शुरू करते हैं। परिवार में सब लोग मिलजुल कर काम करते हैं। साथ में खाना खाते हैं। मिलजुल कर त्योहार मनाते हैं। साथ–साथ घूमने जाते हैं। किसी के बीमार होने पर परिवार के सभी लोग देखभाल करते हैं। परिवार के लोग एक–दूसरे की जरूरतों को पूरा करते हैं। दादाजी एवं दादीजी हमें कहानियाँ सुनाते हैं। हमारे साथ खेलते भी हैं। पढ़ने में भी सभी लोग हमारी मदद करते हैं। परिवार में हम सभी एक दूसरे से बहुत कुछ सीखते हैं।

- क्या तुम्हारे पास भी गुल्लक है ?
- यदि हाँ, तो उसमें बचाए पैसों का तुम क्या करोगे ?

अभ्यास

1. प्रश्नों के उत्तर लिखो–

क. मधु के परिवार में कौन–कौन है ?
ख. मधु किसके साथ बाजार गई ?
ग. दादी को दवा किसने खिलाई ?
घ. माँ ने बाजार से क्या–क्या मँगाया ?
ङ. सीखने की पहली पाठशाला किसे कहते हैं ?
च. परिवार के साथ मिलकर हम क्या–क्या करते हैं ?
छ. गुल्लक के पैसे से मधु और मोनू क्या खरीदेंगे ?
ज. मधु के परिवार में क्या–क्या काम होता है ?

2. सही कथन के सामने (✓) का गलत कथन के सामने (x) का निशान लगाओ –

क. मधु के घर में केवल उसके माता–पिता हैं। ( )
ख. मधु और मोनू घर के कामों में हाथ बँटाते हैं। ( )
ग. परिवार हमारी पहली पाठशाला है। ( )
घ. मोनू और मधु पेड़–पौधों की देखभाल करते हैं। ( )
ङ. दादाजी परिवार के सभी लोगों का ध्यान नहीं रखते हैं।( )
च. शीतल के पापा और चाचा शहर में काम करते हैं। ( )
छ. मधु ने सुरेश चाचा को प्रणाम नहीं किया। ( )

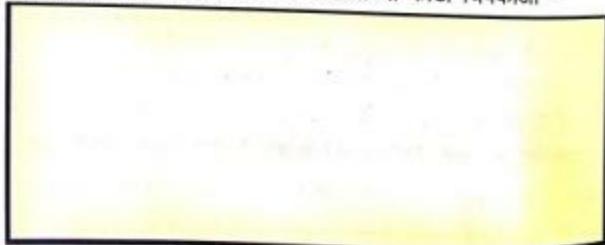
काम	कौन करता है
खाना बनाना	
खाना परोसना	
पानी भरना	
कपड़े धोना	
खेती करना	
सब्ज़ी या अनाज को बेचना	
पढ़ाई में मदद करना	

4. तुमने अपने परिवार के लोगों से क्या–क्या सीखा–

दादी से ....।
दादा से ....।
माँ से ....।
पापा से ....।

5. अपने परिवार के लोगों का चित्र बनाओ या फोटो चिपकाओ–

2 पास-पड़ोस

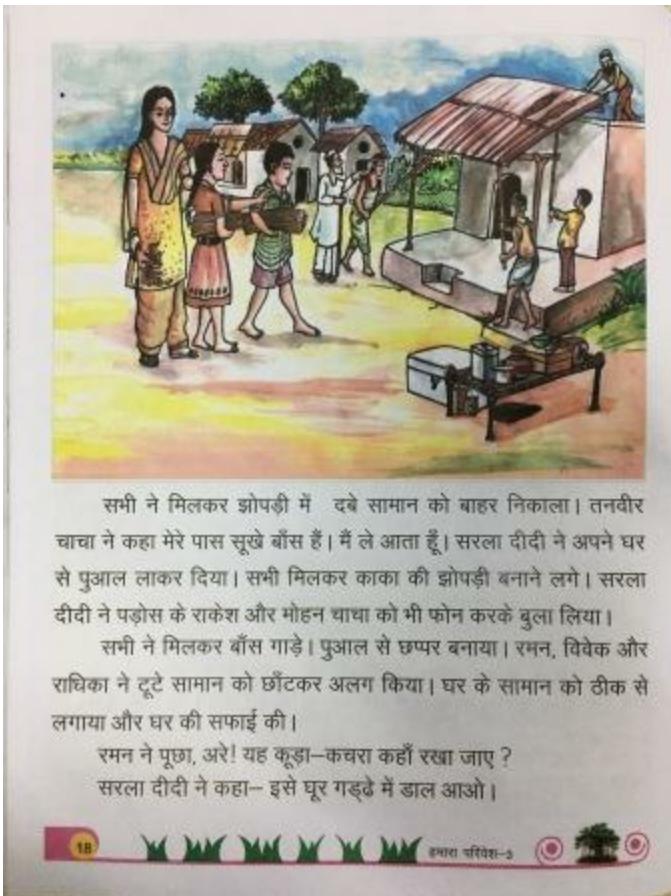
7KHNXD

अरे! क्या हुआ ? काका झोपड़ी से बाहर क्यों भाग रहे हैं ? पास खेलते हुए रमन ने विवेक से कहा।
हाँ देखो! इरफान काका की झोपड़ी तो गिर रही है ?
अभी तक तो ठीक थी। यह कैसे हुआ ? वहीं खड़ी राधिका बोली।
काका को चोट तो नहीं आई ?

उनके घर का सामान भी दब गया होगा। चलो, चलो! हम सब उनके पास चलते हैं।

रमन, विवेक और राधिका भागकर काका की झोपड़ी के पास पहुँचे। तब तक काका के सभी पड़ोसी भी इकट्ठा हो गए थे।

पड़ोस की सरला दीदी भी वहाँ पहुँच गईं। दीदी ने कहा– काका क्या हुआ? इतना घबरा क्यों रहे हैं?

इरफान काका ने कहा– अरे मैं अकेले क्या करूँ ? कुछ समझ में नहीं आ रहा है। मेरी झोपड़ी गिर गई है। तुम्हारी काकी और जावेद भी यहाँ नहीं हैं। सारा सामान दब गया है। कैसे निकालूँगा ? कहाँ रहूँगा ? बारिश का मौसम भी है। मुझे जल्दी ही सब कुछ सँभालना है। इतनी जल्दी में सब कुछ कैसे होगा ?

इरफान काका अपने पड़ोसियों की सदैव मदद करते हैं। उनको परेशान देखकर सभी चिन्तित थे। काका के पास इकट्ठा सभी पड़ोसी बोले– आप चिन्ता न करें काका। आप अकेले नहीं हैं, हम सब आपके साथ हैं। सभी मिलकर काका की झोपड़ी ठीक करने की बात करने लगे।

सभी ने मिलकर झोपड़ी में दबे सामान को बाहर निकाला। तनवीर चाचा ने कहा मेरे पास सूखे बाँस हैं। मैं ले आता हूँ। सरला दीदी ने अपने घर से पुआल लाकर दिया। सभी मिलकर काका की झोपड़ी बनाने लगे। सरला दीदी ने पड़ोस के राकेश और मोहन चाचा को भी फोन करके बुला लिया।

सभी ने मिलकर बाँस गाड़े। पुआल से छप्पर बनाया। रमन, विवेक और राधिका ने टूटे सामान को छाँटकर अलग किया। घर के सामान को ठीक से लगाया और घर की सफाई की।

रमन ने पूछा, अरे! यह कूड़ा–कचरा कहाँ रखा जाए ?

सरला दीदी ने कहा– इसे घूर गड्ढे में डाल आओ।

रमन ने सारा कूड़ा–कचरा घूर गड्ढे में डाल दिया। यह काम हो ही रहा था तभी विवेक के पापा पेड़ा और पानी लेकर आए। सभी ने पेड़े खाए और पानी पिया।

विवेक ने इरफान काका की चारपाई नई झोपड़ी में रखी। राधिका ने अपने घर से लाकर साफ चादर बिछाई। काका उस पर बैठे। उनकी आँखों से आँसू छलक रहे थे।

राधिका बोली– इस बार ईद में काकी की सेवइयाँ बहुत मजेदार बनी थीं।

मैंने तो बस एक ही दिन खाई थी– उदास होकर विवेक बोला।

भाभी ने ईद में बहुत ही स्वादिष्ट खाना भी बनाया था–तनवीर चाचा बोले।

सरला दीदी, होली में आपके घर की गुझिया भी बहुत मजेदार बनती हैं– राधिका, विवेक और रमन एक साथ बोले।

सभी होली और ईद की बातें याद करके हँसने लगे। थोड़ी मुस्कुराहट काका के चेहरे पर भी आई। अब उनकी घबराहट भी कम हो चुकी थी। सभी काका को सलाम करके जाने लगे। इरफान काका भावुक होकर बोले–आप सभी ने मेरी मुसीबत को अपना समझकर मेरी मदद की है। आप लोगों की इस मदद को मैं सदैव याद रखूँगा।

सब एक साथ बोले– काका हम सब पड़ोसी हैं, हम सदैव ही एक–दूसरे की मदद करेंगे।

काका मुस्कुराए। बाकी लोग भी खुशी–खुशी अपने–अपने घर को चल दिए।

अभ्यास

1. प्रश्नों के उत्तर लिखो–

   क. इरफान काका की झोपड़ी किस मौसम में गिरी ?

   ख. रमन, विवेक और राधिका ने इरफान काका की क्या सहायता की?

   ग. झोपड़ी बनाने के लिए बाँस और पुआल किसने दिया था ?

   घ. पड़ोसी किसे कहते हैं ?

2. जोड़े बनाओ–

क. सरला दीदी ने	अपने पड़ोसियों की सदैव मदद करते हैं।
ख. रमन,विवेक और राधिका ने	मेरे पास सूखे बाँस हैं।
ग. इरफान काका	अपने घर से पुआल लाकर दिया।
घ. तनवीर चाचा ने कहा	मिलकर सामान को बाहर निकाला।

3. सही कथन के सामने (✓) का और गलत कथन के सामने (x) का निशान लगाओ–

   क. पास–पड़ोस के लोगों को प्रणाम/सलाम करना। ( )

   ख. जरूरत पड़ने पर पड़ोसी की मदद करना। ( )

   ग. अपने पड़ोसी की बुराई करना। ( )

   घ. पड़ोसी के साथ मिलकर त्योहार मनाना। ( )

   ङ. पड़ोस के बच्चों के साथ मिलकर खेलना। ( )

4. (क) तुम्हारे पड़ोस में बहुत गंदगी है। इसकी सफाई के लिए तुम क्या करोगे? सही का निशान (✓) लगाओ–

- गंदगी को ऐसे ही पड़ा रहने दोगे।
- पड़ोसियों के साथ मिलकर सफाई करोगे।

(ख) यदि तुम्हारा कोई मित्र सहारा लेकर चलता है। उसे तुम्हारे साथ खेलना है। तुम क्या करोगे ? सही का निशान (✓) लगाओ–

- उसके साथ खेलने से मना कर दोगे।
- ऐसा खेल खेलोगे जिसे वह भी खेल सके।

5. (क) तुम्हारे पास–पड़ोस में कौन–कौन रहता है?

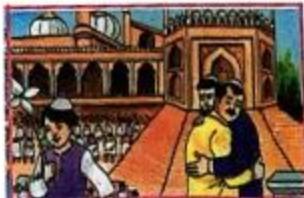
....।

(ख) तुम अपने पड़ोसियों के साथ कौन–कौन से कार्य मिलजुल कर करते हो?

....।

6. कविताएँ पढ़ो और अपने मनपसंद त्योहार पर एक कविता लिखो।

- होली आई, होली आई
  सबके मन को खूब है भाई
  नीले–पीले लाल रंगों से
  भरी–भरी पिचकारी लाई
  पापड़, मठरी, लड्डू, गुझिया
  सबने मिलकर खूब है खाई।

- ईद आई, ईद आई
  सबने घर में सेवईं बनाई
  सबने सबको गले लगाकर
  मिलजुल कर है ईद मनाई।

3 परिवेशीय पेड़-पौधे

तुम अपने आसपास कौन से पेड़–पौधों को देखते हो? उनके नाम लिखो–..

तुम्हारे आसपास के पेड़–पौधे एक दूसरे से किस प्रकार अलग दिखाई देते हैं ? लिखो–

....

....

हमारे आसपास तरह–तरह के पेड़–पौधे होते हैं। यह एक–दूसरे से अलग (भिन्न) दिखाई देते हैं। तरह–तरह के पेड़–पौधों को हम पहचानते हैं...

- पत्तियों से
- फलों से
- फूलों से
- लम्बाई और तने की मोटाई से।

तरह–तरह की पत्तियाँ

हमारे आसपास तरह–तरह के पेड़–पौधे होते हैं। पर क्या सभी की पत्तियाँ एक जैसी होती हैं ?

कुछ पेड़–पौधों की पत्तियाँ लम्बी और नुकीली होती हैं, कुछ की गोल। कुछ पेड़–पौधों की पत्तियाँ बड़ी होती हैं, कुछ की छोटी। कुछ पत्तियों का किनारा कँटीला होता है, कुछ का चिकना। क्या आपने केला, लौकी और अरवी की पत्तियों को देखा है ? इनकी पत्तियाँ अन्य पेड़–पौधों की पत्तियों से कैसे अलग होती हैं ?

पेड़–पौधों को पत्तियों के आधार पर पहचानें–

अपने आसपास से विभिन्न प्रकार की पत्तियाँ इकट्ठी करो। इन पत्तियों की मदद से नीचे दिए गए अभ्यास पूरा करो।

- पत्तियों के चित्र से मिलान करो और उनके नाम भी लिखो।

1.......... 2........... 3........... 4........... 5......... 6.......... 7........... 8............

- पत्तियों के किनारों पर पेंसिल चलाओ। पत्तियों के अलग–अलग आकार बनाकर अपने दोस्तों को दिखाओ।

पेड़ और पौधे

चित्र देखो और चर्चा करो–

- क्या सभी पेड़–पौधे लम्बाई में एक जैसे होते हैं ?
- क्या सभी पेड़–पौधों के तनों की मोटाई एक जैसी दिखाई देती है?

सभी पेड़–पौधों के तने एक समान नहीं होते हैं। तनों की मोटाई और लम्बाई में भिन्नता होती है। कुछ तनों में शाखाएँ लम्बी होती हैं। कुछ में घनी हो जाती है।

कुछ तनों में शाखाएँ कम होती हैं। जिनकी लम्बाई कम होती है और तने पतले, लचीले होते हैं, उन्हें हम पौधों के रूप में पहचानते हैं।

कुछ के तने लम्बे और मोटे हो जाते हैं। इनकी शाखाएँ लम्बी और मोटी हो जाती हैं। इन शाखाओं में से छोटी–छोटी शाखाएँ निकल आती हैं, जिससे ये घनी हो जाती हैं। इन्हें हम पेड़ों के रूप में पहचानते हैं।

पीछे दिए गए चित्र को देखकर पेड़ और पौधों के नाम अलग–अलग लिखो–

पेड़ों के नाम ....

पौधों के नाम ....

अलग–अलग मौसम में हम अपने आस–पास तरह–तरह के रंग–बिरंगे फूल देखते हैं। रंग–बिरंगे फूल हमारे परिवेश की शोभा बढ़ाते हैं। ऐसे ही अलग–अलग मौसम में तरह–तरह के फल भी मिलते हैं। इन फूलों और फलों को हम उनके रंग, गंध और आकार से पहचानते हैं। इनके रंग और आकार से हम विभिन्न प्रकार के पेड़–पौधों को भी पहचानते हैं।

- *बच्चों द्वारा लिखे गए पेड़–पौधों में दिखने वाले अन्तर पर चर्चा करें।*

बेल या लताएँ

क्या तुमने ऐसे पौधों को देखा है जो ज़मीन पर फैलते हैं ?
बाँस–बल्ली के सहारे ऊपर चढ़ते हैं या छप्पर के ऊपर चढ़ते हैं?

....

इस चित्र को देखो। यह बेल या लता कहलाती है। बेल या लताओं को बढ़ने के लिए सहारे की आवश्यकता पड़ती है। यह बाँस, लकड़ी, छप्पर जैसी वस्तुओं का सहारा लेकर बढ़ते हैं।

जीवन के लिए उपयोगी हैं पेड़–पौधे

आपको पेड़–पौधों से क्या–क्या मिलता है ?

पेड़ या पौधे का नाम	क्या मिलता है

हम मौसम के अनुसार विभिन्न प्रकार की सब्ज़ियाँ खाते हैं। इनको स्वादिष्ट एवं पौष्टिक बनाने के लिए हम कई प्रकार के मसालों का प्रयोग करते हैं। अलग–अलग मौसम में हम तरह–तरह के फल खाते हैं। सब्ज़ियाँ व फल हमारे स्वास्थ्य के लिए लाभदायक होते हैं।

पेड़–पौधे हमें कई प्रकार से लाभ पहुँचाते हैं। इनसे हमें छाया मिलती है। इनकी लकड़ियाँ हमारे दैनिक जीवन के बहुत सारे कामों में प्रयोग होती हैं। पेड़ों के बिना हम अपने जीवन के बारे में सोच भी नहीं सकते। इसलिए हमें अधिक से अधिक पेड़–पौधे लगाते रहना चाहिए। साथ ही इनकी उचित देखभाल भी करते रहना चाहिए।

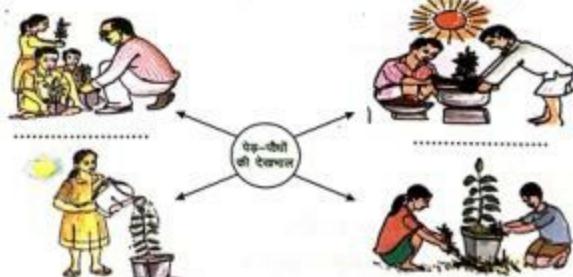
- समय–समय पर पत्तियों का उपयोग भी विविध कार्यों के लिए किया जाता है। तुम भी ऐसा करते होगे। बताओ, कब–कब और कैसे ?

इसे भी जानो–

पेड़–पौधे हमारे वातावरण को स्वच्छ बनाते हैं। ये वातावरण से कार्बनडाईऑक्साइड लेकर ऑक्सीजन देते हैं, जो सभी जीव–जंतुओं के लिए आवश्यक है।

पेड़–पौधों की देखभाल

चित्र देखो और लिखो कि पेड़–पौधों की देखभाल कैसे करते हैं?

....

हमें जीवित रहने के लिए भोजन और पानी की आवश्यकता होती है। पेड़–पौधों को भी जीवित रहने के लिए पानी, धूप, खाद की आवश्यकता होती है। इसके लिए पौधों को समय–समय पर पानी देना चाहिए। इनमें निश्चित समय पर खाद डालनी चाहिए। गमले में लगे पौधों को समय–समय पर धूप में रखना चाहिए। पेड़–पौधों के आसपास उगी घास–फूस को हटाते रहना चाहिए।

पेड़–पौधों की देखभाल न की जाए तो ये सूख जाते हैं। इसका हमारे पर्यावरण पर बुरा असर पड़ता है। पर्यावरण के लिए पेड़–पौधों को सुरक्षित रखना आवश्यक है। इसलिए हम सभी को इनकी नियमित देखभाल करनी चाहिए।

अभ्यास

1. प्रश्नों के उत्तर लिखो–

    (क) अलग–अलग पेड़–पौधों को कैसे पहचान सकते हैं ?

    (ख) पेड़–पौधों की देखभाल क्यों करनी चाहिए ?

    (ग) आपको एक पौधा लगाना है। कैसे लगाओगे? क्रम से लिखो।

    (घ) पौधों को जीवित रहने के लिए क्या–क्या आवश्यक है ?

    (ड.) बेल किसे कहते हैं? किन्हीं तीन बेलों के नाम लिखो।

2. सही कथन के सामने (✓) और गलत कथन के सामने (x) का निशान लगाओ–

(क) पेड़–पौधे हमारे पर्यावरण को स्वच्छ नहीं बनाते हैं। ( )

(ख) पेड़–पौधों के सूखने से पर्यावरण पर बुरा असर पड़ता है। ( )

(ग) सभी पेड़–पौधों के तने एक समान होते हैं। ( )

(घ) पेड़–पौधों को उनकी पत्तियों से भी पहचाना जा सकता है। ( )

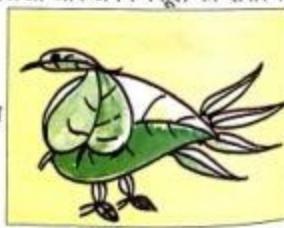
3. अपनी पसंद के पेड़ या पौधे का चित्र बनाओ। उसमें रंग भरो।

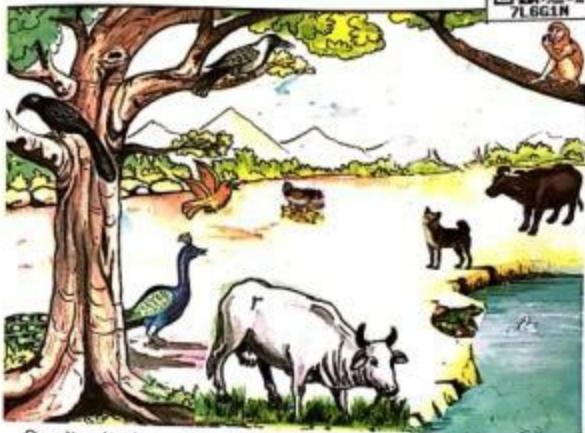
4. एक कागज को लेकर किसी पेड़ के तने पर रखो। उस पर पेंसिल फेरो। आपके कागज पर तने की छाप बन जाएगी। इसी प्रकार अन्य तनों की छाप बनाओ।

5. अपने दोस्त के साथ चर्चा करो–

- पेड़–पौधों की देखभाल कैसे करेंगे ?
- पेड़–पौधों की हमारे जीवन में क्या उपयोगिता है ?

चर्चा की प्रमुख बातों को चार्ट पर लिखो और अपने स्कूल की दीवार पर चिपकाओ।

6. चित्र में बनी आकृति की तरह तुम भी पत्तियों को चिपकाकर अन्य चित्र बनाओ।

- *बच्चों से विद्यालय या आसपास पेड़–पौधे लगवाएँ एवं उनकी देखभाल करने को प्रेरित करें।*

4 परिवेशीय जीव-जंतु

चित्र में तुम्हें कौन – कौन से जीव–जंतु दिखाई दे रहे हैं ? नाम लिखो।

....

....

हमारे आसपास तरह–तरह के पशु–पक्षी, कीट–पतंगे रहते हैं। उनमें से कुछ को हम पहचानते हैं। कुछ को हम उनके नाम से भी पुकारते हैं। इनको हम पहचानते हैं –

- उनके शरीर की बनावट से

- रंग से
- पंख से
- पंजे और चोंच से
- बोली से।

हर प्रकार के जीव–जंतु बनावट, आकार आदि में एक–दूसरे से अलग होते हैं। किसी का आकार बड़ा होता है, किसी का छोटा। कोई चलते हैं, कोई रेंगते हैं। कुछ उड़ते हैं तो कुछ कूदते हैं। कुछ फुदक–फुदक कर चलते हैं। सभी जीव–जंतुओं की बोलियाँ भी अलग–अलग होती हैं। इन्हीं भिन्नताओं के आधार पर हम इन्हें जानते पहचानते हैं।

पक्षियों को उनके रंग, पंजों, चोंच व पंखों की बनावट से पहचाना जा सकता है।

जीव–जंतुओं की सूची बनाओ–

चलने वाले	कूदने वाले	रेंगने वाले	उड़ने वाले
कुत्ता			

- क्या तुमने ज़मीन पर चलने वाले जीव–जंतुओं को पानी में तैरते देखा है?
  उनके नाम लिखो ....
- चित्र में बने हुए जीव–जंतुओं की आवाज़ें निकालो।

पशु–पक्षियों के आहार

कुछ जीव–जंतु घास, पत्तियाँ, अनाज के दाने, फल, सब्ज़ियाँ, बीज इत्यादि आहार के रूप में लेते हैं। ये शाकाहारी कहलाते हैं। कुछ जीव–जंतु मांस को आहार के रूप में लेते हैं। ये मांसाहारी कहलाते हैं। फल, मांस, कीट–पतंगे, घास, पत्तियाँ, अनाज के दाने आदि सभी प्रकार का भोजन लेने वाले जंतु सर्वाहारी कहलाते हैं।

ऐसे जीव–जंतुओं का नाम लिखो जिनके आहार हैं–

- फल, सब्ज़ियाँ, अनाज के दाने, बीज, घास ....
- मांस...
- फल, सब्ज़ियाँ, मांस, कीट–पतंगे, अनाज के दाने, घास.........................

पालतू पशु–पक्षी

- तुम अपने आसपास कौन से पशु–पक्षियों को देखते हो ? नाम लिखो। ...
  ....
- क्या इनमें से कोई तुम्हारे घर में रहते हैं ? यदि हाँ, तो उनके नाम लिखो।..

हम अपने घर में अपने परिवार के सदस्यों के साथ रहते हैं। उनकी देखभाल के लिए भोजन, अच्छे स्वास्थ्य, चिकित्सा की व्यवस्था करते हैं। कुछ पशु–पक्षी भी परिवार के सदस्यों की तरह हमारे साथ रहते हैं। ये पालतू पशु–पक्षी कहलाते हैं, जैसे– गाय, भैंस, बकरी, मुर्गी आदि। ये हमारी विभिन्न आवश्यकताओं को पूरा करते हैं।

पशु–पक्षियों की देखभाल

क्या हमारी तरह पशु–पक्षियों को भी देखभाल की आवश्यकता होती है?

भावना अपने घर की छत पर मिट्टी के बर्तन में दाना–पानी रखती है। वह बर्तन का पानी प्रतिदिन बदल देती है। इससे पानी दूषित नहीं होता है।

बताओ–

- भावना अपने घर की छत पर दाना–पानी क्यों रखती है ?
- क्या तुम अपने घर के बाहर या छत पर दाना–पानी रखते हो ?
- तुम उस पानी को स्वच्छ रखने के लिए क्या करते हो ?

पशु–पक्षी अपने भोजन, आवास व सुरक्षा के लिए हम पर निर्भर होते हैं। इसलिए यह आवश्यक है कि हम उनकी देखभाल करें। हमें पशु–पक्षियों के आवास की व्यवस्था करनी चाहिए। उनको भोजन देना चाहिए। पालतू पशु–पक्षियों की साफ–सफाई पर विशेष ध्यान देना चाहिए। इनका नियमित रूप से टीकाकरण करवाना चाहिए।

इसे भी जानो–

आजकल पशु–पक्षियों की संख्या लगातार घटती जा रही है। इनकी देखभाल और सुरक्षा के लिए ऐसे स्थान बनाए गए हैं जहाँ ये सुरक्षित रह सकें। इससे हमारे पर्यावरण में संतुलन बना रहता है।

यदि तुम्हारे घर में पशु–पक्षी को पाला गया है तो उनके खाने–पीने की व्यवस्था कौन करता है और कैसे ?..

....।

ध्यान रखें–

ब्लेड और शीशे के टुकड़ों को सड़क पर न फेकें। उन्हें कूड़ेदान में डालें। इन वस्तुओं से पशु–पक्षियों को चोट लग सकती है। घर के कूड़े को पॉलीथीन में बाँधकर सड़क पर नहीं फेंकना चाहिए। पॉलीथीन खाने से पशुओं को नुकसान पहुँचता है।

मनुष्य, पेड़–पौधों एवं पशु–पक्षियों की पारस्परिक निर्भरता

सोचो और लिखो–

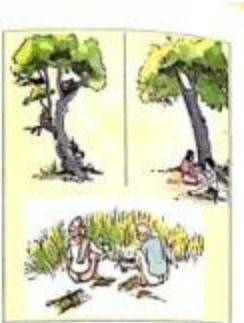
अगर पेड़–पौधे न हों, तो क्या होगा ?..

....

....

....।

पेड़–पौधों से हमें तथा पशु–पक्षियों को भोजन मिलता है। विभिन्न पशु–पक्षी पेड़–पौधों पर अपना आवास बनाते हैं। ये हमारे पर्यावरण के लिए लाभदायक होते हैं। हमें अधिक से अधिक पेड़–पौधे लगाने चाहिए।

- *मनुष्य, पेड़–पौधों एवं पशु–पक्षियों की पारस्परिक निर्भरता को चर्चा के माध्यम से बताएं।*

अभ्यास

1. प्रश्नों के उत्तर लिखो–

(क) जीव–जंतुओं के नाम लिखो– चोंच वाले, पूँछ वाले और सींग वाले।

(ख) किन्हीं दो जंतुओं के नाम लिखो जो पानी में रहते हैं ?

(ग) ऐसे तीन पक्षियों के नाम लिखो जिनमें एक से अधिक रंग होते हैं ?

(घ) हमें पशु–पक्षियों की देखभाल क्यों करनी चाहिए ?

2. सही जोड़े बनाओ–

क.	बकरी	टर्र–टर्र
ख.	कबूतर	में–में
ग.	कुत्ता	गुटर–गूँ
घ.	मेढक	भौं–भौं

कितना सीखा 1

1. अपने परिवार के बारे में पाँच वाक्य लिखो। क्या–क्या लिखोगे ?

क. परिवार में कौन–कौन है .... ।

ख. परिवार में कौन सबसे बड़ा है.. ।

ग. कौन–कौन से त्योहार मनाते हो.. ।

घ. परिवार के साथ कहाँ–कहाँ घूमने गए .... ।

ङ. पढ़ाई में तुम्हारी मदद कौन–कौन करता है.. ।

2. परिवार में तुम किसके पास जाते हो–

क. दु:खी होने पर ....

ख. अपनी बात बताने के लिए ....

ग. पुराने दिनों के बारे में जानने के लिए..

घ. खेलने के लिए ....

3. सही (✓) और गलत (x) का निशान लगाओ–

क. पास–पड़ोस के लोगों को एक–दूसरे की मदद करनी चाहिए। ( )

ख. पास–पड़ोस के लोगों को मिलकर त्योहार मनाना चाहिए। ( )

ग. पास–पड़ोस के बच्चों के साथ मिलकर खेलना चाहिए। ( )

घ. हमें अपने घर के साथ–साथ आस–पास की भी सफाई करनी चाहिए। ( )

ङ. पेड़–पौधों में पानी नहीं डालना चाहिए। ( )

च. हमें पशु–पक्षियों की देखभाल करनी चाहिए। ( )

4. अपने आस–पास पाए जाने वाले चार पेड़ों के नाम लिखो।

1 2 3 4

स	ग	लौ	की	स	म
प	पी	ता	म	ट	हु
द	न	प	तु	न	आ
गु	ड़	ह	ल	नी	म
ला	न	ट	सी	म	ब
ब	र	ग	द	ह	र

6. कौन अलग है ? घेरा बनाओ।
   क. नीम, आम, महुआ, तुलसी
   ख. लौकी, करेला, खीरा, गुलाब
   ग. तोता, साँप, कबूतर, कौआ
   घ. आम, अमरूद, पीपल, पपीता
7. साथियों से चर्चा करो, और लिखो–
   क. पशु–पक्षी, पेड़–पौधे और मनुष्य किस प्रकार एक दूसरे पर निर्भर हैं?
   ख. आहार के आधार पर पशु–पक्षियों के कितने प्रकार होते हैं ?
   ग. विभिन्न प्रकार के जीव–जंतुओं को हम कैसे पहचानते हैं ?
8. तुम अपनी पसंद के किसी पशु या पक्षी का चित्र बनाओ। उसमें रंग भरो।

5 हमारा भोजन

सोचो और बताओ

- भूख लगने पर तुम्हें कैसा महसूस होता है ?
- अगर तुम्हें भूख लगी हो और बहुत देर तक खाने–पीने को कुछ न मिले तो...
- भोजन कर लेने के बाद तुम्हें कैसा महसूस होता है ?

भूख लगने पर हम कुछ न कुछ खाते–पीते हैं। हम जो खाते–पीते हैं, उसे भोज्य पदार्थ कहते हैं। ये भोज्य पदार्थ –

- हमें कार्य करने की ताकत (ऊर्जा) देते हैं।
- हमारे शरीर की वृद्धि (विकास) करते हैं।
- हमें रोगों (बीमारियों) से बचाते हैं।

तरह–तरह के भोज्य पदार्थ

भोज्य पदार्थ हमारे शरीर का तीन रूपों में पोषण करते हैं। इन गुणों के आधार पर भोज्य पदार्थों को तीन भागों में बाँटा जा सकता है–

ऊर्जा देने वाले भोज्य पदार्थ

वे भोज्य पदार्थ जो हमारे शरीर को काम करने की ऊर्जा देते हैं, ऊर्जा देने वाले भोज्य पदार्थ कहलाते हैं जैसे– गेहूँ, चावल, चीनी, तेल आदि।

वृद्धि करने वाले भोज्य पदार्थ–

वे भोज्य पदार्थ जो हमारे शरीर की वृद्धि करने में मदद करते हैं, वृद्धि करने वाले भोज्य पदार्थ कहलाते हैं जैसे–दालें, दूध, आदि।

रोगों से बचाव करने वाले भोज्य पदार्थ–

वे भोज्य पदार्थ जो हमारे शरीर को रोगों से बचाते हैं, रोगों से बचाव करने वाले भोज्य पदार्थ कहलाते हैं, जैसे– फल, सब्ज़ियाँ आदि।

हमारे शरीर के उचित विकास व स्वास्थ्य के लिए आवश्यक है कि हम अपने भोजन में रोटी, चावल, दाल के साथ–साथ सब्ज़ियाँ भी लें। इसके साथ ही हमें फल व दूध भी लेना चाहिए।

कच्चा–पक्का भोज्य पदार्थ

हम किन–किन भोज्य पदार्थों को –

- कच्चा खाते हैं ?
- पकाकर खाते हैं ?
- दोनों ही तरह से खाते हैं ?

हम कुछ भोज्य पदार्थों को कच्चा खाते हैं। कुछ भोज्य पदार्थों को पकाकर खाते हैं। पकाने से चीजें मुलायम और पचने में आसान हो जाती हैं। उनका स्वाद भी अच्छा हो जाता है। परन्तु कुछ अनाज, दालें, सब्ज़ियाँ और फल ऐसे भी हैं जिन्हें कच्चा और पकाकर दोनों तरह से खाया जा सकता है।

खाएँ, मगर ध्यान रहे –

- भोजन को हमेशा ढककर रखना चाहिए। खुला रखने से धूल और मक्खियाँ उसे गंदा कर देती हैं।
- फलों और सब्ज़ियों पर धूल जमा रहती है। इन पर छोटे–छोटे कीड़े भी होते हैं। इसलिए इन्हें खाने अथवा पकाने से पहले साफ पानी से जरूर धो लेना चाहिए।
- हमें बाजार की खुली हुई चीज़ें व कटे फल नहीं खाना चाहिए।

- भोजन को खूब चबा–चबा कर खाना चाहिए।
- भोजन करने से पहले साफ पानी से हाथ अवश्य धोना चाहिए।

स्वाद बताती है जीभ

एक गिलास में चीनी, एक गिलास में नमक और एक गिलास में नींबू का घोल है। तुम कैसे पता करोगे ?

- किस गिलास में चीनी, नमक और नींबू का घोल है ?
- तीनों का स्वाद कैसा है ?

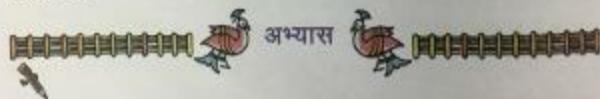
जीभ से हमें स्वाद का पता चलता है कि कौन सी चीज मीठी है, कौन खट्टी है और कौन नमकीन। जीभ केवल स्वाद ही नहीं बताती वरन् भोजन को निगलने में भी सहायता करती है।

स्वाद बताओ

चीनी	नीबू	गुड़	करेला	मिर्च	हलवा
मीठी	______	______	______	______	______
गुलगुला	इमली की चटनी	समोसा	बेसन की पकौड़ी		
______	______	______	______		

अगर न होते दाँत

- भोजन किससे काटते व चबाते हैं ?
- दाँत न होते तो तुम खाने की चीजों को कैसे खाते ?

दाँत भोजन को काटने व चबाने में मदद करते हैं। अच्छी तरह से चबाया हुआ भोजन हम आसानी से निगल सकते हैं। ऐसा भोजन आसानी से पच भी जाता है। दाँतों को स्वस्थ बनाए रखने के लिए उनकी नियमित सफाई जरूरी है।

1. प्रश्नों के उत्तर लिखो–
   (क) हमें भोजन की आवश्यकता क्यों होती है ?
   (ख) शरीर को रोगों से बचाने के लिए क्या–क्या खाना चाहिए ?
   (ग) ऊर्जा देने वाले भोज्य पदार्थों के नाम लिखो।

2. सही कथन के सामने (✓) और गलत कथन के सामने (x) का निशान लगाओ–

(क) भोजन को खुला रखना चाहिए। ( )

(ख) सब्ज़ियों व फलों को धोकर खाना चाहिए। ( )

(ग) गेहूँ, चावल ऊर्जा देने वाले भोज्य पदार्थ हैं। ( )

(घ) भोजन करने से पहले साफ पानी से हाथ धोना चाहिए। ( )

3. दिए गए भोज्य पदार्थों को छाँटकर नीचे की तालिका भरो –

चावल, गेहूँ, गुड़, घी, दालें, नीबू, पपीता, टमाटर,
केला, दूध, दही, अंडा, मछली, पत्तेदार सब्ज़ियाँ, आलू

ऊर्जा देने वाले	वृद्धि करने वाले	रोगों से बचाव करने वाले

4. हमारे शरीर के विकास के लिए आवश्यक है कि हम प्रतिदिन अपने भोजन में वे पदार्थ लें जो हमारे शरीर को ऊर्जा प्रदान करें, वृद्धि में मदद करें और रोगों से बचाएँ। इन बातों को ध्यान में रखकर तुम प्रतिदिन क्या खाओगे? उसकी तालिका बनाओ।

5. निम्नलिखित की सूची बनाओ–

(क) कच्चे खाए जाने वाले भोज्य पदार्थ ...., ..., ...,

(ख) पकाकर खाए जाने वाले भोज्य पदार्थ ...., ..., ...,

6. तुम्हें खाने में जो पसंद है, वह कैसे बनता है? घर में पता करो और लिखो।

6 पशु पक्षियों का भोजन एवं सहायक अंग

माँ हमें भूख लगी है। हमें भी आपके साथ चलना है।

गौरैया बोली–नहीं–नहीं, तुम तो अभी उड़ भी नहीं सकते। मैं तुम्हारे लिए खाना लेकर आती हूँ। तुम लोग यहीं रहना। इधर–उधर मत जाना।

खाने की तलाश में गौरैया कई जगह गई, लेकिन उसे अपने बच्चों के लिए खाना नहीं मिला। अचानक गौरैया को छत पर एक लड़की दिखाई दी। वह खाना खा रही थी। गौरैया लड़की के पास जाकर बैठ गई।

लड़की ने गौरैया से पूछा–तुम इतनी उदास क्यों हो?

गौरैया बोली–मुझे और मेरे बच्चों को भूख लगी है।

लड़की ने गौरैया को रोटी का एक टुकड़ा दिया। गौरैया ने चोंच से पकड़ा, पर उसे उठा नहीं पाई। दूर बैठा एक कबूतर यह सब देख रहा था। वह उड़ कर गौरैया के पास आया।

कबूतर ने गौरैया से पूछा—क्या मैं तुम्हारी मदद करूँ ?

गौरैया ने कहा— हाँ, यह रोटी मेरे घोंसले तक पहुँचा दो।

कबूतर अपनी चोंच में रोटी दबाकर गौरैया के साथ उसके घोंसले में गया। फिर वहाँ सबने मिलकर रोटी खाई।

सोचो और लिखो

तुम्हारे आसपास कौन—कौन से पक्षी दिखाई देते हैं ? वे क्या—क्या खाते हैं?

पक्षी के नाम	भोजन
....	....
....	....

पक्षी भोजन कैसे खाते हैं ?

हम अपना भोजन हाथ से पकड़कर मुँह में डालते हैं। पक्षी भी पंजे व चोंच की सहायता से अपना भोजन पकड़ कर खाते हैं। पक्षियों के पंजे व चोंच की बनावट उनके खान—पान के अनुरूप होती है। पक्षियों की चोंच एवं पंजे की बनावट फल, सब्ज़ियों, अनाज के दानों को उठाने, छीलने, कुतरने, नोचने एवं पकड़ने में उनकी मदद करती है।

गौरैया की चोंच छोटी एवं नुकीली होती है। इससे उसे अनाज के दानों को छीलने और फोड़ने में सहायता मिलती है। शक्करखोरा की चोंच पतली और घुमावदार होती है। इससे वह फूलों के रस चूसने का कार्य आसानी से करता है।

बाज व चील की चोंच छोटी और आगे की ओर मुड़ी होती है तथा पंजे नुकीले होते हैं। इससे उन्हें भोजन को पकड़ने में आसानी होती है।

बाज

बगुला

पानी एवं उसके आस–पास रहने वाले पक्षियों की चोंच इस प्रकार होती है कि वे कीचड़ एवं पानी में रहने वाले कीड़े एवं अन्य जीवों को पकड़कर आहार के रूप में ले सकते हैं।

पशुओं का भोजन

पक्षियों की तरह पशुओं के भोजन में भी भिन्नता होती है। कुछ पशु केवल घास, हरे पेड़–पौधों की पत्तियाँ खाते हैं। कुछ पशु मांसाहारी होते हैं। मनुष्य की तरह पशुओं में भी भोजन करने में दाँतों की प्रमुख भूमिका होती है। दाँत भोजन को पकड़ने, काटने और चबाने में सहायक होते हैं। जानवरों के दाँतों की बनावट उनके खान–पान में मदद करती है। खाना चबाकर खाने के लिए पीछे के दाँत अधिक मजबूत होते हैं। जो पशु अपना आहार मांस के रूप में लेते हैं, उनके आगे के दाँत अधिक नुकीले होते हैं।

चित्र को देखो और समझो–

गाय

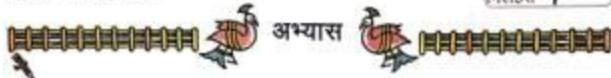
गाय के आगे के दाँत छोटे होते हैं जिससे वह अपने भोजन को काटती है। घास या भोजन को चबाने के लिए पीछे के दाँत चपटे और बड़े होते हैं।

शेर

शेर का आहार (भोजन) मांस होता है। वह नुकीले दाँतों की मदद से अपने भोजन को आसानी से खाता है।

गिलहरी के दाँत हमेशा बढ़ते रहते हैं। वह अपना खाना कुतरकर और काटकर खाती है। इससे उसके दाँत घिसते भी रहते हैं।

गिलहरी

अभ्यास

1. प्रश्नों के उत्तर लिखो–
   (क) भोजन करने में दाँतों का क्या महत्व है ?
   (ख) पक्षियों के पंजे तथा चोंच भोजन करने में किस प्रकार सहायक हैं ?
   (ग) भोजन के रूप में घास या हरे पत्ते खाने वाले पशुओं के दाँतों की बनावट कैसी होती है ?

2. सही जोड़े बनाओ–

क. बगुला	मिर्च
ख. मोर	कीड़े–मकोड़े
ग. तोता	मछली
घ. कौआ	साँप
ङ. भैंस	मांस
च. शेर	घास

3. लिखो, कौन क्या खाता है–
   गौरैया, बया, गाय, बकरी, हाथी, कुत्ता, बिल्ली

4. तरह–तरह के पशु–पक्षियों के चित्र इकट्ठा करो। इन्हें अपनी कॉपी में चिपकाओ।

7 हमारा घर

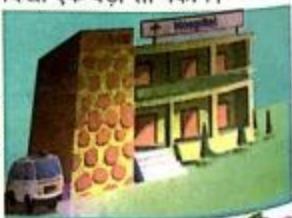
सोचो! यदि घर नहीं होते तो ...

- हम कहाँ रहते ?
- हमारा जीवन कैसा होता ?

आज से बहुत साल पहले मनुष्यों के रहने के लिए घर नहीं थे। वे पशु–पक्षियों और जीव–जंतुओं के बीच जंगलों में रहते थे। सर्दी, गर्मी, वर्षा, आँधी, तूफान से बचने के लिए वे घने पेड़ की छाया या गुफाओं में रहते थे। समय बीतने के साथ मनुष्य ने अपने रहने के लिए घर बनाए। आज चारों ओर तरह–तरह के घर–मकान दिखाई पड़ते हैं। हम अपने परिवार के साथ अपने घर में रहते हैं।

घर किसे कहते हैं ?

जया और जगत अपनी दादी के साथ घूमने निकले। वे तालाब के किनारे गए। वहाँ कुछ देर रहे। दादी ने कहा– चलो बाज़ार चलते हैं।
जया ने कहा– हाँ–हाँ क्यों नहीं। मुझे पेंसिल भी खरीदनी है।
वे सभी आगे बढ़े। सड़क पर पहुँचते ही दिखा एक बड़ा सा मकान।
जगत ने कहा देखो–देखो कितना बड़ा घर।

जया ने कहा– नहीं–नहीं यह अस्पताल है। यहाँ लोगों का इलाज होता है। देखो बोर्ड भी लगा है।

वे कुछ और आगे बढ़े। सामने दिखा एक और बड़ा सा मकान।

जगत फिर बोल उठा– उधर देखो, यह कैसा घर है? इसके सामने लाल रंग का डिब्बा भी है। दादी ने कहा– नहीं जगत, यह तो डाकखाना है। यहाँ से चिट्ठियाँ आती जाती हैं।

वे कुछ और आगे बढ़े। सामने दिखी एक कॉपी–किताब की दुकान। वहाँ से जया ने पेंसिल खरीदी। फिर वे अपने घर की ओर वापस चले। दादी ने कहा जिधर से आए थे उधर से नहीं, इस बार बाग वाले रास्ते से जाएँगे। तीनों लोग घर की ओर वापस जा रहे थे। गाँव के बाहर ही एक रंगा–पुता मकान देखकर जगत बोला– कितना सुन्दर घर है? जया ने कहा– नहीं जगत, यह तो पंचायत भवन है। यहाँ गाँव के प्रधान जी और सचिव बैठते हैं।

सभी लोग बातचीत करते हुए आगे बढ़े। जगत जोर से बोला–यह रहा अपना घर। जया ने कहा–हाँ, हाँ यही तो है अपना घर।

सोचो और चर्चा करो–

- घर किसे कहते हैं ?
- घर और मकान में क्या अन्तर होता है ?

घर वह स्थान है जहाँ हम अपने परिवार के साथ रहते हैं। घर हमारे लिए बहुत आवश्यक है। यह हमें ठंड, गर्मी, वर्षा, आँधी, तूफान और हिंसक जानवरों से सुरक्षा देता है। घर हमें रहने, खाना बनाने व खाने,

पढ़ने–लिखने, सोने आदि के लिए स्थान तथा सुविधा प्रदान करता है। घर में हम अपनी जरूरत की वस्तुओं को सँभाल कर रखते हैं। घर में कई कमरे या हिस्से होते हैं जिसे हम अलग–अलग कार्यों के लिए उपयोग करते हैं, जैसे- रसोई घर, स्नान घर, शौचालय इत्यादि।

कैसे–कैसे घर

तुम्हें अपने आस–पास कई तरह के घर दिखाई देते हैं। ये घर आकार और बनावट में अलग–अलग होते हैं। कुछ घर छोटे होते हैं तो कुछ घर बहुत बड़े। कुछ घर अधिक ऊँचे होते हैं। कुछ घर कम ऊँचे होते हैं। कुछ घर पक्के होते हैं और कुछ घर कच्चे।

कुछ घर बनाने में मिट्टी, बाँस, लकड़ी, घास–फूस आदि वस्तुओं का प्रयोग किया जाता है। घर के फर्श को मिट्टी में गोबर मिलाकर लीपा जाता है। घर की छत बनाने में खपरैल, कँटीली झाड़ियाँ, बाँस–बल्ली आदि का उपयोग किया जाता है। ऐसे घर को हम कच्चा घर कहते हैं।

पक्का घर बनाने में सीमेंट, सरिया, बालू, ईंट आदि का प्रयोग किया जाता है। ये घर कई तरह के हो सकते हैं,जैसे– एक मंजिला मकान, दोमंजिला मकान, बहुमंजिला इमारतें, बंगला।

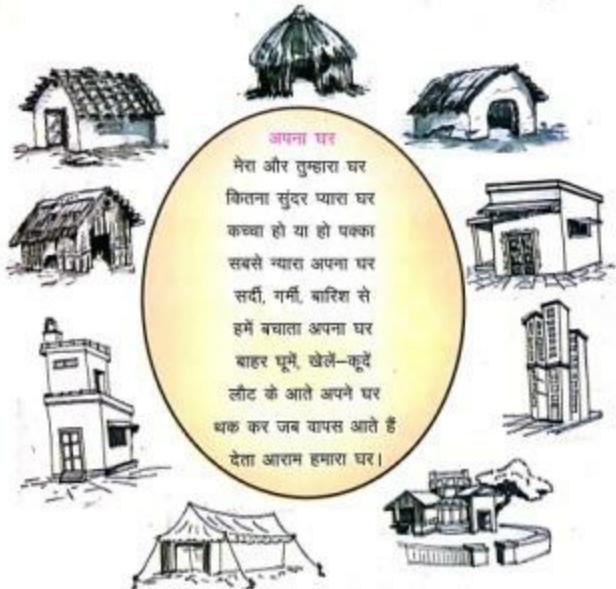
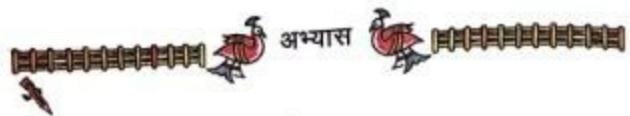
इसी तरह घास–फूस, लकड़ी, बाँस आदि से झोपड़ी तैयार की जाती है जिसका उपयोग बहुत से लोग घर की तरह करते हैं।
तम्बू भी एक प्रकार का घर है।

बताओ–

- तुम्हारा घर किन–किन चीजों से बना है?

तरह–तरह के घर

- *विभिन्न तरह के घरों का चित्र दिखाते हुए उनकी उपयोगिता व विशेषताओं पर चर्चा करें।*

अभ्यास

1. प्रश्नों के उत्तर लिखो–
   - (क) कच्चा घर किसे कहते हैं ?
   - (ख) घर से हमें किस प्रकार सुरक्षा मिलती है ?
   - (ग) बहुत साल पहले जब मनुष्य के पास रहने के लिए घर नहीं थे, तब वे कहाँ रहते थे ?
   - (घ) पक्का घर बनाने में कौन–कौन सी सामग्री इस्तेमाल होती है ?
2. तुम्हें अपना घर क्यों अच्छा लगता है ?
3. तुम अपने घर की साफ–सफाई में किस प्रकार मदद करते हो ?
4. अगर तुम्हारे पास घर न हो तो तुम्हें किन–किन परेशानियों का सामना करना पड़ेगा ?
5. यह भी करो–
   - अपनी पसंद का घर बनाकर उसमें रंग भरो।
   - विभिन्न प्रकार के घर के चित्र इकट्ठा करो।

8 पशु पक्षियों का आवास

मनुष्य अपने रहने के लिए घर बनाते हैं। हमारी तरह पशु–पक्षियों को भी घर की आवश्यकता होती है। वह अपना घर वहीं बनाते हैं, जहाँ उन्हें भोजन तथा सुरक्षा मिलती है।कुछ पशु–पक्षी अपने रहने के लिए स्वयं घर बनाते हैं। कुछ पेड़–पौधों पर रहते हैं। कुछ प्रकृति द्वारा बने वास स्थलों (पानी, गुफाओं, झाड़ियों) में रहते हैं। उनके घर भी तरह–तरह के होते हैं।

चित्र को ध्यानपूर्वक देखो। इनमें से कुछ पशु–पक्षी तुम्हारे आसपास दिखाई देते हैं। कुछ तुम्हारे आसपास नहीं रहते हैं। नीचे लिखो ऐसे पशु–पक्षियों के नाम जो तुम्हारे आसपास–

दिखाई देते हैं	नहीं दिखाई देते हैं
....	....
....	....
....	....

चर्चा करो–

- ये पशु–पक्षी कहाँ रहते हैं ?
- क्या यह भी मनुष्यों की तरह अपने लिए घर बनाते हैं ?

पशु–पक्षियों के घर

कुछ पशु–पक्षी प्राकृतिक रूप से बने वास स्थलों (रहने के स्थानों) को अपना घर बनाते हैं। बंदर पेड़ की घनी शाखाओं पर, मछली पानी में एवं शेर गुफा में रहता है।

कुछ जानवर अपना घर स्वयं बनाते हैं। खरगोश तथा चूहे जमीन के अन्दर बिल बनाकर उसमें रहते हैं। मधुमक्खियाँ अकेले न रहकर समूह में रहती हैं। वे अपने रहने के लिए छत्ते का निर्माण करती हैं। चींटियाँ भी बिल बनाकर समूह में रहती हैं। पक्षी अपने लिए घोंसला बनाते हैं।

इसे भी जानो–

साँप भी बिल में रहते हैं लेकिन वह अपने रहने के लिए स्वयं बिल नहीं बनाते। वे चूहे या खरगोश के बिल में घुस जाते हैं और उसी में रहने लगते हैं।

कौन कहाँ रहता है ?

पशु–पक्षियों का उनके आवास के चित्रों से मिलान करो–

पक्षी अंडे देने के लिए घोंसला बनाते हैं। तरह–तरह के पक्षी अलग–अलग प्रकार से घोंसले बनाते हैं। पक्षी घोंसला बनाने के लिए घास, पौधों की नाजुक टहनी, ऊन, बाल, रुई, पेड़ की छाल के टुकड़े, कपड़ों के टुकड़े, सूखे पत्ते आदि अलग–अलग चीजों का इस्तेमाल करते हैं। अधिकांश पक्षी अपना घोंसला पेड़ों पर बनाते हैं। कुछ पक्षी अपना घोंसला हमारे घर की दीवारों, छतों पर भी बना लेते हैं।

अपने आसपास देखो, पता करो और लिखो –

पेड़ की ऊँची डाल पर घोंसला बनाने वाले पक्षी ....

घर की दीवारों, छतों पर घोंसला बनाने वाले पक्षी ....

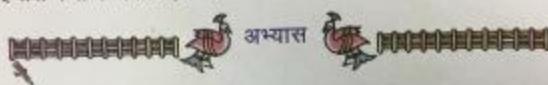
पालतू पशु और पक्षी

कुछ पशु–पक्षियों को हम अपने घर में पालते हैं। इनके लिए हम अपने घर में रहने का स्थान बनाते हैं। कुछ पशु–पक्षी बिना हमारी मर्जी के भी हमारे घर में रहते हैं।

चित्र को देखो और लिखो–

हमारी मर्जी से घर में रहने वाले ....

हमारी मर्जी के बगैर रहने वाले ....

अभ्यास

1. प्रश्नों के उत्तर लिखो–
   - (क) पशु–पक्षियों के लिए घर क्यों आवश्यक है ?
   - (ख) बिल में रहने वाले किन्हीं दो जीवों के नाम लिखो।
   - (ग) किन्हीं चार पालतू पशुओं के नाम लिखो।
   - (घ) किसी पालतू पक्षी का नाम लिखो।
2. रिक्त स्थानों की पूर्ति करो–
   - (अ) शेर .... में रहता है।
   - (ब) मधुमक्खी छत्ता बनाकर ....में रहती है।
   - (स) साँप .... में रहता है।
3. क्या तुम्हारे घर या पड़ोस में किसी के यहाँ कोई पालतू जानवर है ? उनसे बातचीत करके पता करो–
   - कौन सा पालतू जानवर है ?
   - उसे कहाँ रखा जाता है ?
   - उसके रहने के स्थान की साफ–सफाई किस प्रकार की जाती है ?

कितना सीखा 2

1. वर्ग पहेली में भोज्य पदार्थों के नाम छिपे हैं। जिन्हें दाएँ से बाएँ, बाएँ से दाएँ, ऊपर से नीचे एवं नीचे से ऊपर के क्रम में खोजकर लिखो।

दा	ल	ड्	डू	मूँ	ग	प
सं	त	रा	आ	लू	घी	नी
जा	मु	न	म	अं	गू	र
र	ह	र	अ	ना	र	ज
म	छ	ली	जा	मु	न	गा
ला	ई	घी	कू	त	से	ब

2. लिखो–

- ऐसे भोज्य पदार्थों के नाम जो स्वाद में मीठे होते हैं।

  ...., ..., ...

- ऐसे भोज्य पदार्थों के नाम जो स्वाद में नमकीन होते हैं।

  ...., ..., ...

3. अपनी पसंद के फल या सब्जी का चित्र बनाओ और रंग भरो।

4. विभिन्न प्रकार के घरों के चित्र इकट्ठा करो। एक चार्ट में चिपकाओ। कक्षा में उसे सजाओ।

5. अपने घर के आस–पास के मकानों को देखो। वे किन–किन चीजों से बने हैं ? उन चीजों की सूची बनाओ।

....

....

6. तरह–तरह के घरों में रहने वाले पशु–पक्षियों के नाम लिखो–

अ. प्राकृतिक वास स्थान में रहने वाले ....

ब. अपना घर स्वयं बनाकर रहने वाले ....

स. घोंसला बनाने वाले ....

द. मनुष्य द्वारा बनाए गए घर में रहने वाले ....

9 पानी अनमोल है

मैं पानी हूँ। मुझे सभी जानते हैं। मेरा प्रयोग सभी लोग करते हैं। मैं कुछ लोगों को आसानी से उपलब्ध हूँ। कुछ लोगों को कठिनाई से मिलता हूँ। मुझे पाने के लिए कुछ लोगों को दूर–दूर तक जाना पड़ता है।

इन दिनों सब लोग मेरी कमी होने की चर्चा करते हैं। मैं सोचता हूँ मेरी कमी हुई कैसे ? काफी सोचने के बाद मुझे समझ में आया कि जो लोग मेरा प्रयोग करते हैं, वे ही मेरा दुरुपयोग करते हैं।

अगर आपको यह पता है कि पानी आपके जीवन के लिए उपयोगी है तो क्या आप इसका ऐसे ही दुरुपयोग करते रहेंगे ? अगर आप अभी भी सचेत नहीं होंगे तो भविष्य में और भी मुश्किलें आने वाली हैं। आप सभी का जीवन मेरे बिना संभव ही नहीं है। इसलिए मेरा संरक्षण करना आप सभी का पहला कर्तव्य है।

साथियों के साथ चर्चा करो–

- पानी क्यों दुःखी है ?
- पानी हमें किस बारे में सचेत कर रहा है ?

पानी की उपयोगिता

हम सब पानी का उपयोग प्रतिदिन करते हैं। पानी पीते हैं, उससे कपड़े धुलते हैं, नहाते हैं, खाना पकाते हैं। बर्तनों की सफाई करते हैं। घर की सफाई भी करते हैं।

चित्र देखकर लिखो – पानी का उपयोग किन–किन कार्यों में हो रहा है –

- ....
- ....
- ....
- ....
- ....
- ....

साथियों से चर्चा करो–

इन कार्यों के अलावा हम पानी का उपयोग और कहाँ–कहाँ करते हैं ?

- कार्यों में पानी की उपयोगिता पर चर्चा करें।

पानी सबके लिए आवश्यक है

हमारी तरह पशु–पक्षियों को भी पानी की आवश्यकता होती है। बिना पानी के वे जीवित नहीं रह सकते हैं।

क्या तुम पशु–पक्षियों को पानी पिलाते हो, अगर हाँ, तो किसे और कैसे ? ....

....।

साथियों से चर्चा करो –

- पेड़–पौधे किन कारणों से सूखते हैं ?
- यदि पेड़–पौधों को पानी न मिले तो क्या होगा ?

पेड़–पौधों के लिए भी पानी की आवश्यकता होती है। बिना पानी के पेड़–पौधों का विकास नहीं हो पाता। लगातार पानी की कमी से पेड़–पौधे सूख भी जाते हैं।

बिन पानी सब सून

गर्मी का मौसम है। गाँव के तालाब सूख गए हैं। हैण्डपम्प में भी पानी बहुत कम आ रहा है। ऐसे में पूरे गाँव में पानी की समस्या हो गई है। गाँव के लोगों को पानी दूर से लाना पड़ रहा है। आगे से ऐसा न हो, इसके लिए सभी लोगों ने मिलकर पानी की समस्या को दूर करने का उपाय सोचा। सबने मिलकर गाँव के तालाबों को साफ करवाया। उन्हें गहरा करवाया। साथ ही हैण्डपम्प भी ठीक करवाए। इससे आगे चलकर उनकी पानी की कमी की समस्या दूर हो गई।

चर्चा करो–

- तुम्हारे गाँव में पानी कहाँ–कहाँ से मिलता है ?
- तालाब का पानी कब सूख जाता है या कम हो जाता है ?
- तुम्हारे स्कूल में हैण्डपम्प में पानी कब कम हो जाता है ?
- तालाब या स्कूल के हैण्डपम्प में पानी की कमी हो जाने पर तुम्हें क्या–क्या परेशानी होती है ?
- पानी की कमी न हो, इसके लिए तुम क्या–क्या उपाय कर सकते हो ?

चित्र में क्या हो रहा है, देखो और समझो –

1

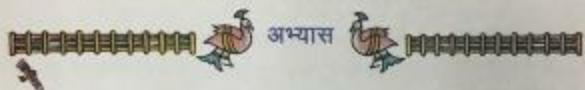
2

पानी की बचत हम कैसे कर सकते है ?

- नहाते समय
- कपड़ा धुलते समय
- बर्तन धोते समय
- जानवरों को नहलाते समय
- घर की साफ–सफाई करते समय

हम अपने दैनिक कार्यों में आवश्यकतानुसार पानी का प्रयोग करके पानी की बचत कर सकते हैं।

- *प्रतिदिन के कार्यों में पानी के उचित उपयोग एवं उसकी बचत पर चर्चा करें।*

अभ्यास

1. प्रश्नों के उत्तर लिखो –

(क) पानी का उपयोग हम किन–किन कार्यों में करते हैं ?

(ख) पशु–पक्षियों को पानी की आवश्यकता क्यों पड़ती है ?

(ग) पानी हमें क्यों बचाना चाहिए ?

(घ) हम पानी किस–किस प्रकार से बचा सकते हैं ?

2. खोजो और लिखो–

(क) ऐसे जीव का नाम जो पानी से बाहर निकलने पर जीवित नहीं रहता है?

(ख) ऐसे खेलों के नाम जो पानी में ही खेले जाते हैं।

3. तुम्हारे घर में पानी भरने के लिए जिन बर्तनों का प्रयोग किया जाता है, उनका चित्र बनाओ।

4. तालिका भरो–

तुम अपने दैनिक कार्यों में कितना पानी उपयोग में लाते हो–

क्र0 सं0	पानी का उपयोग	कितने बाल्टी / मग / गिलास
1.	पीने में	
2.	नहाने में	
3.	हाथ धुलने में	
4.		
5.		
6.		
	कुल खर्च	

एक दिन तुम्हारा हैण्डपम्प खराब हो गया। तुम्हारे घर में पानी की समस्या हो जाती है। माँ ने तुम्हें एक बाल्टी पानी दिया। तुम अपने दैनिक कार्यों में इसे कैसे खर्च करोगे ? इसकी तालिका बनाओ–

क्र0 सं0	पानी का उपयोग	कितने मग / गिलास
1.	पीने में	
2.	नहाने में	
3.	हाथ धुलने में	
4.		
5.		
6.		
	कुल खर्च	

दोनों तालिकाओं को देखो और लिखो कि एक दिन में कितना पानी बचाया ?

- *बच्चों से जल की उपयोगिता एवं संरक्षण से संबंधित कविताओं तथा स्लोगन का संकलन कराएँ।*

10 स्वच्छ रहें, स्वस्थ रहें

7HQKBJ

आँख, कान, नाक, दाँत, जीभ और हाथ के साथ–साथ पैर व पेट हमारे शरीर के अंग हैं। शरीर के इन अंगों से हम बहुत सारे काम करते हैं। दाँतों से चबाकर खाते हैं। कानों से सुनते हैं। आँखों से देखते हैं। जीभ से स्वाद लेते हैं। शरीर के सभी अंग ठीक तरह से काम करें, इसके लिए इन अंगों की सफाई और देखभाल जरूरी है।

सोचो और बताओ–

- हम अपने दाँतों को कैसे साफ करते हैं ?
- हम रोज नहाते क्यों हैं ?
- बालों में कंघा क्यों करते हैं ?
- नाखून क्यों काटते हैं ?

पढ़ो और समझो–

खाने की वस्तुओं को हम दाँतों से काटकर, चबाकर खाते हैं। काटने और चबाने में वस्तुओं के छोटे टुकड़े हमारे दाँतों के बीच में फँस जाते हैं। यदि इन छोटे कणों की सफाई न की जाए तो यह हमारे दाँतों को खराब कर सकते हैं। इसलिए हमें प्रतिदिन सुबह उठने के बाद और रात को सोने से पहले ब्रश अथवा दातून से दाँतों को साफ करना चाहिए।

जीभ से हम स्वाद का पता लगाते हैं। यह भोजन को निगलने में सहायता करती है। बोलने में भी यह हमारी मदद करती है। दाँतों की सफाई के साथ ही हमें जीभ की भी प्रतिदिन सफाई करनी चाहिए।

आँखों से हम देखते हैं। गुलाब और गेंदे का फूल हम आँखों से देखकर पहचान लेते हैं। वस्तुओं में अंतर कर लेते हैं। रोज सुबह उठने के बाद हमें ठंडे और साफ पानी से आँखों को साफ करना चाहिए।

कानों से हम सुनते हैं। सुनकर के लोगों की आवाज पहचान लेते हैं। यदि कहीं शोर हो रहा होता है, तो हम अपने हाथों से कानों को बंद कर लेते हैं।

क्या तुमने कभी अनुभव किया है कि फूल, पके फल और खीर की महक हमें अपनी ओर खींचती है और हमें अच्छी लगती है। यदि कहीं से दुर्गंध आए तो हम अपनी नाक पर रुमाल रख लेते हैं। नाक से हम गंध की पहचान करते हैं।

किसी भी वस्तु की पहचान हम छू कर करते हैं। गोल–चौकोर, छोटा–बड़ा, चिकना–खुरदुरा, ठंडा–गरम जैसी वस्तुओं की पहचान हम त्वचा से छू कर करते हैं।

अपने शरीर की सफाई के लिए प्रतिदिन हम स्नान करते हैं। नहाते समय हम अपने हाथ, पैर, कान और नाक के साथ–साथ पूरे शरीर की सफाई करते हैं। नहाने से हमारा शरीर स्वच्छ रहता है। हम बालों को धोकर साफ करते हैं। बालों में रोज कंघी करते हैं। कंघी करने से हमारे बाल इधर–उधर बिखरते नहीं है और देखने में सुंदर भी लगते हैं।

बढ़े हुए नाखूनों के अंदर गंदगी इकट्ठा हो जाती है। जब भी हम कुछ खाते हैं तो यह गंदगी पेट में जाती है। इस गंदगी से हम बीमार हो सकते हैं। इसलिए नाखूनों को समय–समय पर काटते रहना चाहिए।

कितने साफ हमारे हाथ – आओ करके देखें

एक मग या काँच के बर्तन में थोड़ा पानी लो। इस पानी में तुम अपने हाथ डालकर धोओ। तुम देखोगे कि पानी मटमैला हो गया है। जानते हो क्यों ? क्योंकि तुम्हारे हाथों की गंदगी पानी में घुल गई। इसलिए किसी भी वस्तु को खाने से पहले हाथों को पानी से धोना चाहिए।

आओ जानें, हाथ धोने का सही तरीका–

घर एवं आसपास की सफाई

तुमने देखा होगा कि घर में अगर एक–दो दिन सफाई न की जाए तो जहाँ–तहाँ धूल जमी हुई दिखाई देती है। इसी प्रकार हमारे घर के आसपास भी गंदगी इकट्ठा होती रहती है। इसलिए हमें घर व आस–पास की प्रतिदिन सफाई करना चाहिए।

अपने घर के आसपास कूड़ा–कचरा और पानी इकट्ठा नहीं होने देना चाहिए। पानी में मच्छर पैदा होते हैं। इनके काटने से बीमारियाँ फैलती हैं। इन बीमारियों से हमारी जान भी जा सकती है। कूड़े–कचरे को घूर गड्ढे या कूड़ेदान में डालना चाहिए। हैण्डपम्प या नल के आसपास पानी के निकास के लिए नालियाँ बनानी चाहिए और उनकी सफाई भी करनी चाहिए।

अच्छी आदतें अपनाओ, अच्छा स्वास्थ्य पाओ–

- समय पर सोओ, समय पर जागो। कम से कम 7–8 घंटे सोओ।
- प्रतिदिन सुबह और रात में सोने से पहले दाँत साफ करो।
- प्रतिदिन स्नान करो तथा अपने बालों में कंघी करो।
- शौच के लिए शौचालय का प्रयोग करो।
- शौच के बाद साबुन से हाथ धोओ।
- खाना खाने से पहले और खाना खाने के बाद हाथ धोओ।
- सप्ताह में एक बार अपने नाखून काटो।
- आँखों को बहुत तेजी से न मलो।
- त्वचा को नुकीली वस्तु या नाखूनों से मत खरोंचो।
- बहुत गर्म चीज न खाओ और न ही पियो। गर्म वस्तुओं से जीभ जल सकती है।

ध्यान रखो

- कूड़ा–कचरा सड़क पर न फेकें। इसके लिए कूड़ेदान का प्रयोग करें।
- पॉलीथीन के स्थान पर कागज, जूट या कपड़े के थैलों का प्रयोग करें।

अभ्यास

1. प्रश्नों के उत्तर लिखो–

क. शरीर की सफाई किस प्रकार करनी चाहिए ?

ख. दाँतों की देखभाल हमें कैसे करनी चाहिए ?

ग. नाखूनों को समय–समय पर क्यों काटना चाहिए ?

घ. हमें अपने घर के आस–पास की सफाई करना क्यों जरूरी है?

ङ. स्वस्थ रहने की अच्छी आदतें कौन–कौन सी हैं ? लिखो।

2. रिक्त स्थान भरो–

क. आँखों को .... से साफ करना चाहिए।

ख. वस्तुओं की पहचान हम ....करते हैं।

ग. शरीर की सफाई के लिए हम रोजाना ....करते हैं।

घ. खाना खाने से पहले और खाना खाने के बाद ....धोना चाहिए।

ङ. शौच के लिए .... का प्रयोग करना चाहिए।

3. सही जोड़े बनाओ–

क. ब्रश / दातून	नाखून
ख. नेल कटर	दाँत
ग. साबुन	बाल
घ. कंघा	शरीर

4. आँख, नाक, कान और दाँत का चित्र बनाओ।

5. जिससे दुनिया भर को देखें, जिससे देखें सारे रंग।
उसे बचाएँ धूल गर्द से, बहुत कीमती है यह अंग। (आँख)

इसी प्रकार तुम दाँत, नाक और कान के लिए पहेली बनाओ।

11 हमारी सुरक्षा

दुर्घटना कहीं भी हो सकती है, घर में या घर के बाहर भी। हमें अपने दैनिक जीवन में स्वयं की सुरक्षा के प्रति सावधान रहना चाहिए। इसके लिए हमें सुरक्षा नियमों की जानकारी होनी चाहिए। इन नियमों की जानकारी होने के साथ–साथ इनका पालन भी करना चाहिए।

सड़क पर, खेल के स्थान पर, घर में, विद्यालय में रहन–सहन की अच्छी आदतें और व्यवहार हमें कई प्रकार के नुकसान से बचाते हैं। अपनी सुरक्षा के लिए नीचे दी गई बातों के बारे में अपने साथियों से चर्चा करो–

- सड़क पर मत खेलो। सड़क पर तरह–तरह के वाहन चलते हैं जिनसे टकराकर हमें चोट लग सकती है। सड़क पर चलते समय यातायात के नियमों का पालन करो।
- चलते वाहन में दरवाज़े के पास मत खड़े हो। खिड़की से हाथ या सिर को बाहर मत निकालो।

- नुकीली वस्तुओं जैसे ब्लेड, चाकू, कैंची से मत खेलो। पेंसिल तथा अन्य नुकीली वस्तुओं को मुँह या कान में मत डालो। इससे तुम्हें नुकसान पहुँच सकता है।
- रसोईघर या अन्य किसी स्थान पर आग तथा गर्म वस्तुओं से दूर रहो।
- बिजली के तार तथा उपकरणों का उपयोग करते समय सावधानी रखो। गीले हाथ से स्विच मत छुओ। गीले हाथ से छूने पर करंट लग सकता है।
- अपनी वस्तुओं को उचित जगह पर रखो। वस्तुएँ इधर–उधर बिखरी होने पर हम उनसे टकरा कर गिर सकते हैं। इससे हमें चोट भी लग सकती है। सीढ़ी से दौड़ते हुए मत उतरो या चढ़ो। इससे गिर सकते हैं।
- कोई भी खेल खेलते समय खेल के नियमों का पालन करो। खेलते समय झगड़ा मत करो। किसी को धक्का मत दो। किसी निर्जन एवं अँधेरे स्थान पर अकेले मत खेलो।
- किसी अपरिचित व्यक्ति से खाने की कोई चीज़ मत लो और उसके साथ कहीं न जाओ।

सोचो और बताओ –

1. अमित को बहुत तेज भूख लगी है। खाना बहुत गर्म है। उसकी माँ उसे कुछ देर रुक कर खाने के लिए कहती है। अमित अपनी माँ का कहना मानता है। अगर अमित अपनी माँ का कहना न माने तो क्या हो सकता है?
2. तुम कहीं यात्रा पर जा रहे हो। उसके लिए क्या–क्या सावधानियाँ रखोगे?

ध्यान रखो –

बिजली के उपकरणों का प्रयोग सावधानीपूर्वक करें। उपयोग के बाद स्विच बंद कर दें। इससे हम अपनी सुरक्षा के साथ–साथ ऊर्जा (बिजली) की बचत भी कर सकते हैं।

चित्र देखकर सही (✓) और गलत (✗) का निशान लगाओ–

● असावधानी से होने वाली दुर्घटनाओं पर बच्चों के अनुभवों को साझा करें तथा चर्चा के माध्यम से दुर्घटनाओं के प्रति जागरूक करें।

अभ्यास

1. **प्रश्नों के उत्तर लिखो–**

(क) नुकीली वस्तुओं जैसे चाकू, ब्लेड आदि के साथ क्यों नहीं खेलना चाहिए?

(ख) सीढ़ी चढ़ते एवं उतरते समय क्या ध्यान रखना चाहिए ?

(ग) वस्तुओं को सही जगह पर नहीं रखने से क्या हो सकता है ?

(घ) सड़क पर चलते समय यातायात के नियमों का पालन करना क्यों जरूरी है ?

2. **कथन के सामने (✓) और गलत (x) का निशान लगाओ–**

(क) सड़क पर खेलना चाहिए। ( )

(ख) आग या गर्म वस्तुओं से दूर रहना चाहिए। ( )

(ग) गीले हाथ से स्विच नहीं छूना चाहिए। ( )

(घ) खेलते समय खेल के नियमों का पालन नहीं करना चाहिए। ( )

3. अपने शिक्षक एवं साथियों की सहायता से एक फर्स्ट एड बॉक्स तैयार करो।

4. **पाठ से तुमने जो सीखा, उसके आधार पर लिखो कि तुम्हें अपनी सुरक्षा के लिए –**

क्या करना चाहिए	क्या नहीं करना चाहिए
....	....

12 यातायात के साधन

चित्र को देखो और बताओ–

- चित्र में कौन–कौन से वाहन दिखाई दे रहे हैं ?
- इनमें इंजन से चलने वाले वाहन कौन से हैं ?
- कौन से वाहन हैं जो तुम्हारे गाँव में भी हैं ?
- तुम्हारे गाँव में कौन से वाहन हैं जो चित्र में नहीं हैं ?

आसान हुआ आना–जाना

हम जिन वाहनों से एक जगह से दूसरी जगह जाते हैं उन्हें यातायात के साधन कहते हैं। कुछ जगह हम पैदल ही चले जाते हैं। दूर जाना हो और कम समय में जाना हो तो वाहन से जाते हैं। जैसे– साइकिल, मोटरसाइकिल, स्कूटी, कार, बस आदि।

सोचो और बताओ–

- तुम घर से विद्यालय कैसे आते हो ?
- तुम्हारे शिक्षक / शिक्षिका विद्यालय किस वाहन से आते हैं ?
- तुम्हें घर से बाज़ार जाना हो तो कैसे जाओगे ?
- तुम अपनी नानी या दादी के घर किन वाहनों से जाते हो ?

यातायात के साधनों में से कुछ सड़क पर चलते हैं, कुछ पानी पर चलते हैं। कुछ हवा में उड़ते हैं और कुछ लोहे की पटरी पर चलते हैं। सड़क पर चलने वाले वाहनों की तुलना में लोहे की पटरियों पर चलने वाली रेलगाड़ी कम समय में ज्यादा दूरी तय करती है। इसी प्रकार हवाई जहाज, रेलगाड़ी से भी कम समय में एक शहर से दूसरे शहर या एक देश से दूसरे देश पहुँचा देता है।

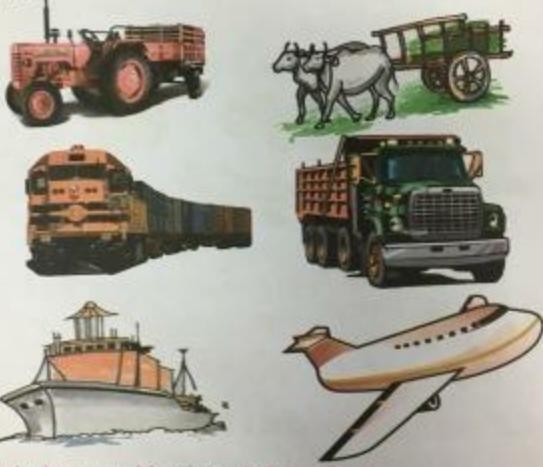
चित्र देखकर लिखो–

- सड़क पर चलने वाले वाहन...
- हवा में उड़ने वाले वाहन...
- पानी पर चलने वाले वाहन...
- लोहे की पटरी पर चलने वाली गाड़ी ....

हमारे देश में बहुत सारी नदियाँ हैं जिन्हें हम नाव एवं पानी के जहाज से पार करके एक जगह से दूसरी जगह आते–जाते हैं। पानी का जहाज नाव से बड़ा होता है, जिससे बड़ी संख्या में लोग पानी के रास्ते कम समय में आते जाते हैं।पानी में बड़े जहाजों द्वारा एक देश से दूसरे देश के बीच सामान को भी लाया और भेजा जाता है।

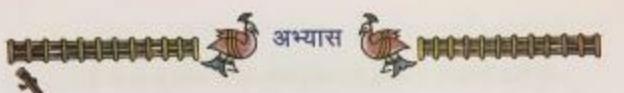
सामान ढोने वाले वाहन

- तुमने ट्रैक्टर तो देखा ही है। यह किस–किस काम में आता है ?
- तुम्हारे गाँव में सामान ढोने के लिए किन साधनों का प्रयोग करते हैं ?

कुछ वाहन सामान ढोने के काम आते हैं। इनकी मदद से हम अनाज, पुआल, ईंट, मिट्टी, बालू, सब्जियाँ एवं अन्य सामान एक जगह से दूसरी जगह ले जाते हैं।

चित्र देखो और सामान ढोने वाले वाहनों के नाम लिखो–

....

....

अभ्यास

प्रश्नों के उत्तर लिखो–

1. यातायात के साधन किसे कहते हैं ?
2. यातायात के साधनों के नाम लिखो–
   (क) सड़क पर चलने वाले ....
   (ख) पानी पर चलने वाले ....
   (ग) सामान ढोने वाले ....
3. तुम्हारे घर में कौन–कौन से यातायात के साधन हैं ? उसे कौन चलाता है ?

साधन के नाम	कौन चलाता है
....	....
....	....

4. चित्र देखो और बताओ कौन सबसे जल्दी पहुँचेगा और कौन बाद में ? सबसे तेज चलने वाले से सबसे धीमे चलने वाले क्रम में वाहनों के नाम लिखो -

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....

5. अपने घर के बड़ों से पूछो–

(क) जब वो छोटे थे, तब एक जगह से दूसरी जगह जाने के लिए किन साधनों का प्रयोग करते थे।

(ख) उन्होंने बस या रेल की यात्रा की है? उसका टिकट यहाँ चिपकाओ–

टिकट देखकर लिखो यात्रा कहाँ से कहाँ तक की गई है। कब की गई है?

....

6. अपनी पसंद के वाहन का चित्र चिपकाओ या बनाओ।

- यह वाहन तुम्हें क्यों पसंद है?

....

कितना सीखा 3

1. तुम क्या–क्या करते हो? हाँ और नहीं के सामने (✓) का निशान लगाओ–

	हाँ	नहीं
(क) प्रतिदिन दाँत साफ करना	⬭	⬭
(ख)प्रतिदिन नहाना	⬭	⬭
(ग) बालों को साफ रखना	⬭	⬭
(घ) बालों में कंघी करना	⬭	⬭
(ङ) सुबह उठने के बाद आँखों की सफाई करना	⬭	⬭
(च) समय–समय पर नाखूनों को काटना	⬭	⬭

2. रिक्त स्थान को भरो–

   (क) सड़क पर चलने वाला वाहन .... है।

   (ख) पानी पर .... चलती है।

   (ग) एक देश से दूसरे देश जाने के लिए .... से जाते है।

   (घ) हमें पॉलीथीन के स्थान पर .... के थैलों का प्रयोग करना चाहिए।

3. दैनिक जीवन में पानी का उपयोग किन–किन कार्यों के लिए करते हो?

4. तुम्हारे यहाँ पानी के स्रोतों के आस–पास किस–किस प्रकार की गंदगी है? पता करो। इसे दूर करने के लिए क्या करोगे ?

5. सामान ढोने वाले वाहनों के नाम ऊपर से नीचे, नीचे से ऊपर, दाएँ से बाएँ, बाएँ से दाएँ के क्रम में खोजें–

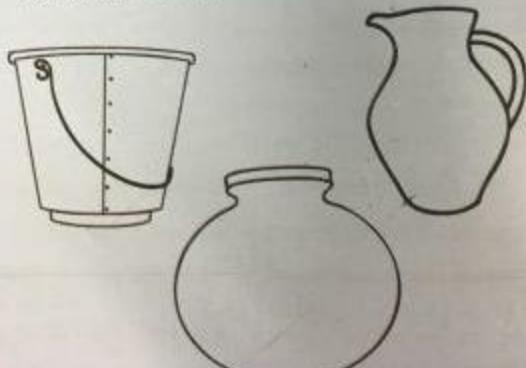
ठे	क	ज	ह	ट्रै
ला	भ	हा	ल	क
ज	ल	ज	वा	ट
हे	ली	का	प्ट	र
फू	क	र	जा	ल

6. क्या होगा अगर . . .

(क) गीले हाथ से स्विच छुएँ।

(ख) वस्तुओं को सही स्थान पर न रखें।

(ग) सड़क पर चलते समय यातायात के नियमों का पालन न करें।

7. दिए गए चित्रों में रंग भरो।

13 यातायात के नियम

गोहरी गाँव के बच्चे अपने शिक्षकों के साथ शहर घूमने जा रहे हैं। शहर से पहले ही एक चौराहे पर अचानक बस रुक गई।

अरे! बस क्यों रुकी ? अशोक ने पूछा।

सामने देखो! चौराहे पर ट्रैफिक पुलिस ने रुकने का इशारा किया है– शिक्षिका ने कहा।

अब ये बस कब चलेगी ? रीना ने पूछा।

ट्रैफिक पुलिस जब चलने का इशारा करेगी, तब बस चलेगी– शिक्षिका ने बताया। थोड़ी देर में ही चलने का इशारा हुआ और बस चलने लगी। बच्चे खुश हो गए।

बस शहर में प्रवेश कर चुकी थी। एक चौराहे से ठीक पहले बस फिर रुक गई। अरे! बस यहाँ क्यों रुक गई ? यहाँ तो ट्रैफिक पुलिस भी नहीं है ? बच्चों ने कहा।

सामने देखो! लाल बत्ती जल रही है। हमें रुकने का संकेत हुआ है। जब हरी बत्ती जलेगी तब बस फिर से चलेगी– शिक्षिका ने कहा।

चलो

बच्चे बात कर ही रहे थे। तभी हरी बत्ती जली और बस आगे बढ़ गई।

चलती बस में बच्चों की खुसुर–फुसुर जारी थी। एक ने कहा– चौराहे पर ट्रैफिक पुलिस और बत्तियाँ क्यों लगाई गई हैं ? दूसरे ने कहा– हमारे गाँव में तो यह सब नहीं है।

तैयार रहो

बच्चों की जिज्ञासा बढ़ती देख शिक्षिका ने कहा– तुम देख ही रहे हो कि शहर में कितने अधिक वाहन चल रहे हैं। जगह–जगह चौराहे हैं, जहाँ एक सड़क दूसरी सड़क को काटती है। सभी सुरक्षित चलें, जाम न लगे, इसके लिए चौराहों पर कहीं ट्रैफिक पुलिस और कहीं बत्तियाँ लगाई गई हैं।

इसके अलावा सड़क पर चलने के कुछ नियम भी बनाए गए हैं –

- सड़क पर हमेशा बाईं ओर चलें।
- चौराहे पर लाल बत्ती देखकर रुकें।
- पीली बत्ती जलने पर तैयार रहें।
- हरी बत्ती होने पर चौराहा पार करें।
- सड़क पार करने से पहले सड़क के दाएँ देखें फिर बाएँ देखें, फिर से दाएँ देखें, वाहन नहीं आ रहा हो, तब सड़क पार करें।

- पैदल चलते समय हमेशा फुटपाथ पर चलना चाहिए। फुटपाथ न हो तो अपनी बाईं तरफ सड़क के किनारे चलें।
- पैदल चौराहा पार करने के लिए जेब्रा क्रासिंग पर चलकर ही सड़क पार करें।

इसे भी जानें–
भारत देश में यातायात के नियम के अनुसार हमें सड़क पर बाईं ओर चलना चाहिए।

सावधानी हटी दुर्घटना घटी– चित्र देखकर बताओ क्या सही, क्या गलत।

यातायात के नियमों का पालन न करने पर दुर्घटनाएँ होती हैं। हमें इन नियमों का पालन करना चाहिए। स्कूटर, मोटरसाइकिल चलाते समय हेलमेट अवश्य लगाएँ, जिससे दुर्घटना होने पर हम सुरक्षित रहें। कार एवं अन्य मोटर वाहन चलाते समय सीट–बेल्ट अवश्य लगाना चाहिए। सड़क पर चलते समय मोबाइल व हेडफोन का प्रयोग नहीं करना चाहिए। मोबाइल पर बात करते समय हम गाड़ियों के हॉर्न नहीं सुन पाते हैं, जिससे आपस में टकरा सकते हैं।

चर्चा करो–

- तुमने कभी वाहनों की टक्कर देखी है ?
- ये टक्कर क्यों होती है ?

- टक्कर न हो, इसके लिए हमें क्या करना चाहिए ?
- बाइक या स्कूटर पर हेलमेट क्यों लगाते हैं ?
- यदि हम यातायात के नियमों का पालन न करें तो क्या होगा ?
- सड़क पर चलते समय मोबाइल पर बात क्यों नहीं करनी चाहिए ?

यातायात के संकेत

सड़क पर चलते समय हमें यातायात के संकेतों का सदैव ध्यान रखना चाहिए। अस्पताल के आस–पास से वाहन लेकर जाएँ तो हॉर्न न बजाएँ। तेज आवाज से मरीजों को असुविधा होती है। सड़क के ऐसे मोड़ जहाँ से आने वाले वाहन दिखाई नहीं पड़ते, वहाँ हॉर्न जरूर बजाएँ। दाएँ एवं बाएँ का संकेत देखकर जिधर जाना हो उधर जाएँ।

- *बच्चों से एक–एक संकेत के बारे में चर्चा करते समय उसका अर्थ स्पष्ट करें।*

क्या करें, क्या न करें

यात्रा करते समय खाए गए फलों के छिलके एवं नमकीन, बिस्किट के खाली पैकेट इधर–उधर नहीं फेंकना चाहिए। उसे कूड़ेदान में ही डालें। रास्ते में कोई ऐसा व्यक्ति मिले जिसे सड़क पार करने में असुविधा हो रही है, तो उसकी मदद अवश्य करनी चाहिए।

ऐसा करें	ऐसा न करें
• स्कूटर एवं मोटरसाइकिल चलाते समय हेलमेट अवश्य पहनें।	• दो पहिया वाहनों पर दो से अधिक व्यक्ति न बैठें।
• कार चालक एवं उसमें बैठे अन्य सदस्य सीट–बेल्ट का प्रयोग करें।	• तेज गति से वाहन न चलाएँ।
• यातायात के नियमों व संकेतों का पालन करें।	• लाल संकेत होने पर चौराहा पार न करें।
• कूड़ा हमेशा कूड़ेदान में डालें।	• सड़क पर कूड़ा न फैलाएँ।

हमारा दायित्व

मोटर वाहन एक्ट की धारा 134 में कहा गया है कि जिसकी गाड़ी से दुर्घटना हुई है, उसका दायित्व है कि वह घायल को डॉक्टर के पास ले जाए और पुलिस को सूचना दे। यदि हमारी गाड़ी से दुर्घटना नहीं हुई है लेकिन हमारे सामने हुई है तो भी हमारा दायित्व है कि हम घायल व्यक्ति की मदद करें, जिससे उसे तुरन्त उपचार मिल सके और उसकी जान बचाई जा सके।

प्रश्नों के उत्तर लिखो–

1. सड़क पर चलते समय दुर्घटनाएँ क्यों होती हैं ?

2. स्कूटर या मोटरसाइकिल चलाते समय हेलमेट पहनना क्यों आवश्यक है ?
3. यातायात संकेत किसे कहते हैं ? इनका पालन क्यों जरूरी है ?
4. फलों के छिलके, नमकीन या बिस्किट के खाली पैकेट हमें कहाँ फेंकना चाहिए ? और क्यों ?
5. नीचे यातायात के नियम सम्बन्धी कुछ संकेत दिए गए हैं। इन संकेतों के क्या मतलब हैं, हर एक के सामने लिखो–

6. प्रार्थना सभा में भाग लेने से लेकर स्कूल बंद होने के समय तक हम स्कूल में कुछ काम प्रतिदिन करते हैं–

- प्रार्थना सभा करना।
- दोपहर में भोजन करना।
- पुस्तकालय में पढ़ना।
- स्कूल की साफ–सफाई और स्वच्छता।

इनमें से हर एक काम के क्या नियम होने चाहिए ? साथियों एवं शिक्षक के साथ चर्चा करो और चार्ट पर नियम लिखकर सम्बन्धित स्थान पर लगाओ।

14 संचार के साधन

मैच शुरू होने वाला है– संजना ने कहा।

रमा ने पूछा– कौन सा मैच ?

गुरमीत ने कहा– अरे, आज कबड्डी का फाइनल मैच है।

चलो, हम सभी लोग चेतन के घर में मैच देखते हैं–रजिया बोली।

सभी दोस्तों ने अपना काम खत्म किया। वे चेतन के घर मैच देखने पहुँच गए। टेलीविजन पर मैच 4 बजे शुरू हुआ। सब बहुत खुश और उत्साहित हैं।

बच्चे मैच देख ही रहे थे कि अचानक बिजली कट गई। सभी परेशान हो गए अब कैसे देखा जाए ? संजना ने चेतन से कहा–तुम अपने चाचा से कहो कि वे अपने मोबाइल में मैच दिखाएँ। चेतन के चाचा बच्चों को मोबाइल पर मैच दिखाने लगे।

संजना ने कहा– कितना छोटा–छोटा दिखाई दे रहा है। टेलीविजन पर देखना कितना मजेदार था।

सब एक साथ बोले– मैच तो देख रही हो। यह क्या कम है।

फाइनल मैच में भारत की टीम जीत गई। सभी बच्चों ने खुशियाँ मनाईं। उन्होंने चाचा को धन्यवाद दिया। फिर सब अपने–अपने घर को चले गए।

बताओ–

- बच्चे क्यों खुश एवं उत्साहित हैं ?
- उन्होंने मैच कैसे देखा ?
- बिजली कट जाने पर मैच कहाँ देखा ?
- टेलीविजन नहीं था तब हम मैच के बारे में कैसे जानते थे ?

तरह–तरह के संचार के साधन

संचार के साधनों के जरिए हम घर बैठे ही दूर–दूर के लोगों से जुड़ते हैं। टेलीविजन, रेडियो, समाचार पत्र, पत्रिकाएँ, टेलीफोन, कम्प्यूटर, मोबाइल फोन आदि संचार के साधन हैं। इनसे हमें कई तरह की जानकारी या सूचनाएँ मिलती हैं–

- अपने देश और दूसरे देशों की घटनाओं की जानकारी
- मौसम के बारे में जानकारी
- खेती के बारे में जानकारी
- मनोरंजन के कार्यक्रम–कार्टून, फिल्म, संगीत, धारावाहिक।
- खेल से संबंधित कार्यक्रम।
- सीखने–सिखाने संबंधी शैक्षिक कार्यक्रम।

एक स्थान से दूसरे स्थान तक संदेश या सूचना को पहुँचाने के माध्यम को संचार के साधन कहते हैं। ये सूचनाएँ बातचीत द्वारा प्राप्त होती हैं, लिखित रूप में मिलती हैं तथा चित्र के रूप में भी हो सकती हैं।

चिट्ठी से मोबाइल तक

क्या तुम्हें पता है कि बहुत समय पहले अपनी बात दूसरों तक पहुँचाने के लिए संदेशवाहक होते थे, जो संदेश को एक जगह से दूसरी जगह ले जाते थे। संदेश पहुँचाने के लिए कबूतर का प्रयोग किया जाता था। इस तरह से संदेश भेजने में बहुत समय लगता था। धीरे–धीरे चिट्ठी द्वारा संदेश भेजा जाने लगा।

इस कार्य के लिए डाकिया होते हैं जो किसी चिट्ठी या पत्र को एक जगह से दूसरी जगह ले जाते हैं। चिट्ठी द्वारा भी संदेश भेजने में समय लगता है। आज टेलीफोन और मोबाइल फोन के प्रयोग से यह कार्य आसान हो गया है।

टेलीफोन के द्वारा हम घर बैठे बहुत दूर तक अपने सगे– संबंधियों या दोस्तों से बातचीत कर सकते हैं। इसी तरह मोबाइल फोन को हम एक जगह से दूसरी जगह ले जा सकते हैं और अपनी सुविधा के अनुसार कहीं से भी बातचीत कर सकते हैं।

आज मोबाइल फोन का प्रयोग केवल बात करने में नहीं होता बल्कि हम इसके माध्यम से कई तरह के कार्य कर सकते हैं जैसे–

- लिखित संदेश भेज सकते हैं।
- चित्र के रूप में संदेश भेज सकते हैं।
- फोटो व वीडियो बना सकते हैं।
- कई तरह की सूचनाएँ प्राप्त कर सकते हैं, जैसे– खेल, शिक्षा, रोजगार इत्यादि।

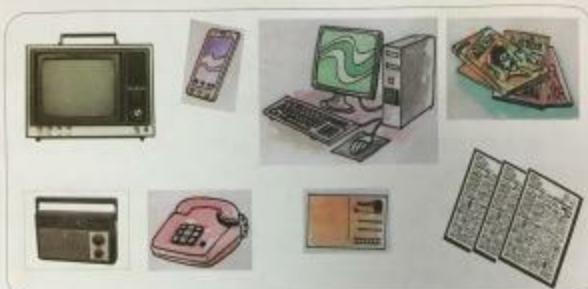
आज कम्प्यूटर का प्रयोग सूचना देने व लेने में बहुत ज्यादा हो रहा है। ई–मेल द्वारा हम एक बार में बहुत लोगों को संदेश पहुँचा सकते हैं।

साथियों से चर्चा करो –

- चार या पाँच लोग आपस में बातचीत कर रहे हैं। तभी वहाँ किसी के मोबाइल पर फोन आया। वह मोबाइल से वहीं पर जोर–जोर से बातें करने लगा। यह ठीक है या नहीं ? क्यों ?

- अस्पताल में लोग मरीजों को देखने आते–जाते हैं। वहाँ पर किसी के मोबाइल पर फोन आने पर उसे क्या करना चाहिए ?

देखो और पता करो –

दूरदर्शन और रेडियो पर अनेक शैक्षिक कार्यक्रम आते हैं। पता करो, ऐसे कार्यक्रम कब आते हैं ? उसे देखो, सुनो और समझो।

चित्र देखो और नीचे दी गई तालिका में संचार के साधनों के नाम लिखो–

पढ़ने वाले साधन	सुनने वाले साधन	देखने व सुनने वाले साधन

अपने शिक्षक या बड़ों से पता करो –

- आपके आसपास डाकघर कहाँ है ?

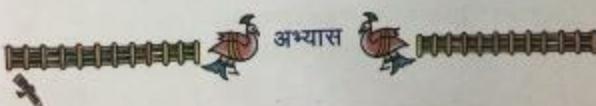
- डाकघर में किस तरह की चिट्ठियाँ (पत्र) आती हैं ?
- पत्र पेटिका क्यों लगाई जाती हैं?
- चिट्ठियाँ एक जगह से दूसरी जगह कैसे पहुँचती हैं ?
- चिट्ठियाँ हमारे पास कौन पहुँचाता है ?

ध्यान रखो –

संचार के साधन हमारे बहुत काम आते हैं लेकिन इनका प्रयोग करते समय कुछ सावधानियाँ अवश्य रखें–

- सड़क पर चलते या सड़क पार करते समय मोबाइल फोन पर बात न करें।
- रेडियो या टेलीविजन तेज आवाज़ में न चलाएँ। तेज आवाज़ से दूसरों को परेशानी हो सकती है।
- टेलीविजन बहुत पास से न देखें। पास से देखने पर आँखें खराब हो सकती हैं।

* यदि सम्भव हो तो बच्चों को नजदीक के डाकघर का भ्रमण कराएँ या किसी डाकिया से बातचीत कराएँ।

अभ्यास

1. **प्रश्नों के उत्तर लिखो–**

   (क) संचार के साधन किसे कहते हैं ?

   (ख) संचार के साधनों के लाभ लिखो।

(ग) किन्हीं दो संचार साधनों के नाम एवं उनकी उपयोगिता लिखो।

(घ) डाकिया के क्या कार्य होते हैं ?

2. सही कथन के सामने (✓) और गलत कथन के सामने (x) का निशान लगाओ–

(क) सड़क पर चलते या पार करते समय मोबाइल फोन पर बात करनी चाहिए। (   )

(ख) टेलीविजन बहुत पास से नहीं देखना चाहिए। (   )

(ग) रेडियो बहुत तेज आवाज में सुनना चाहिए। (   )

(घ) कम्प्यूटर से संदेश भेजने में देरी होती है। (   )

3. सोचो और लिखो–

(क) टेलीविजन (टी०वी०) में कौन–कौन से कार्यक्रम आते हैं ?

(ख) तुम्हें कौन सा कार्यक्रम देखना पसंद है और क्यों ?

(ग) तुम्हारे भाई या बहन को क्या पसंद है ? उनसे पूछकर लिखो।

4. शुभकामना संदेश बनाओ–

(क) अपने शिक्षक के लिए शिक्षक दिवस पर।

(ख) अपने दोस्त के लिए जन्मदिन पर।

15 कूकी कोयल कुल्हड़ ला

7P26JS

एक थी गौरैया, जिसका नाम था गुनगुन।
गुनगुन की मित्र थी कोयल। उसका नाम था कूकी।
गुनगुन के बच्चों को अंडों से बाहर आया देखकर कूकी ने
गुनगुन से कहा– बच्चे अंडे से बाहर आ गए हैं।
इस खुशी में दावत तो होनी ही चाहिए।

गुनगुन ने कहा–

> कूकी पहले मुँह को धो ले
> मुँह धोकर तू सुन्दर हो ले
> सुन्दर बन कर घर आना
> फिर मैं तुझे खिलाऊँ खाना।

कूकी उड़कर नदी के पास पहुँची

> नदी मुझको पानी दे
> पानी से मैं मुँह को धो लूँ
> गुनगुन की दावत है खानी
> मेरे मुँह में आया पानी

नदी ने कहा–

कूकी कैसे पानी दूँ
पहले जाकर बर्तन ला
बर्तन में तू पानी भर
मुँह धो ले तू जी भरकर

कूकी उड़कर कुम्हार के पास पहुँची–

कुम्हार भइया चाक चला
चाक चला कर कुल्हड़ बना
कुल्हड़ में मैं पानी भर लूँ
पानी से मैं मुँह को धो लूँ
मुँह धोकर मैं दावत खा लूँ।

कुम्हार ने कहा–

कूकी कैसे कुल्हड़ दूँ
पहले जाकर मिट्टी ला
मिट्टी से मैं कुल्हड़ बनाऊँ
उसे पका कर तुझे थमाऊँ।

कूकी उड़ कर मिट्टी के पास पहुँची–

मिट्टी मुझको मिट्टी दे
मिट्टी से कुल्हड़ बनवाऊँ
कुल्हड़ में पानी भर लाऊँ
पानी से मैं मुँह धो आऊँ
मुँह धोकर मैं दावत खाऊँ।

मिट्टी ने कहा–

कूकी तेरी चोंच है तेज
चोंच से ले तू मिट्टी खोद
मिट्टी जाकर दे कुम्हार को
उससे ले ले कुल्हड़ तू
भर ले उसमें पानी तू
पानी से अपना मुँह धोकर
खा गुनगुन की दावत तू।

चोंच से मिट्टी खोद कर कूकी ने कुम्हार को दिया। कुम्हार ने चाक पर मिट्टी से कुल्हड़ बनाया और उसे आग में पका कर कूकी को दिया। कूकी ने कुल्हड़ में नदी से पानी भरा और मुँह धोकर दावत खाने गुनगुन के पास पहुँच गई। गुनगुन ने कूकी को मिट्टी के बर्तनों में स्वादिष्ट खाना खिलाया। कूकी दावत का खाना खाकर खुश हुई और बच्चों को आशीर्वाद देकर उड़ गई।

अभ्यास

प्रश्नों के उत्तर लिखो –

(क) कूकी को कुल्हड़ की जरूरत क्यों पड़ी ?
(ख) कुल्हड़ बनाने के लिए कुम्हार ने कूकी से क्या माँगा ?
(ग) गुनगुन ने किन बर्तनों में कूकी को खाना खिलाया ?

(घ) क्या तुम्हारे घर में मिट्‌टी के बर्तन हैं ? उनके नाम बताओ।

2. चित्र देखकर मिट्‌टी से बनी वस्तुओं के नाम लिखो–

....

....

....

3. बनाओ और सजाओ –

मिट्‌टी को गूँधकर एक मोटी गोल चपाती बनाएँ, मिट्‌टी के लम्बे साँप बनाकर चपाती के किनारे चिपकाकर थाली बनाएँ। थाली को सुखा कर उसे मनपसंद रंग से रंगें।

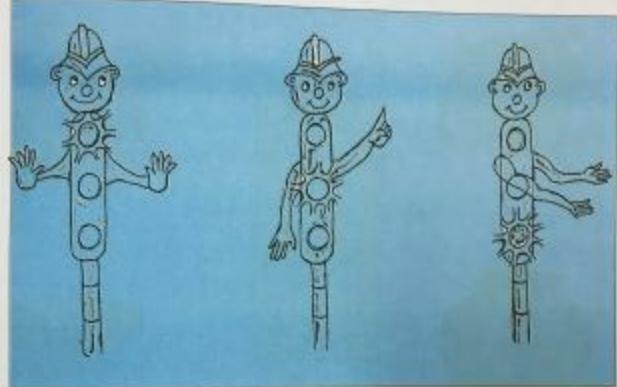
4. करके देखो–

एक बिना पका कुल्हड़ लो और एक कुल्हड़ लो जो आग में पका हो। दोनों में पानी डाल कर रात भर रखो। सुबह देखो– क्या हुआ ?

5. देखो और जानो–

अपने घर के पास, जहाँ चाक पर बर्तन बनाए जाते हैं, वहाँ जाओ और देखो कि चाक पर बर्तन कैसे बनाए जाते हैं।

कितना सीखा 4

1. चित्र देखकर संकेतों के अनुसार रंग भरो–

2. सही कथन के सामने (✓) एवं गलत कथन के सामने (x) का निशान बनाएँ –

(अ) हमें सदैव सड़क के बाईं ओर चलना चाहिए। ( )

(ब) बाइक चलाते समय सिर पर हेलमेट नहीं लगाना चाहिए। ( )

(स) सड़क पार करते समय मोबाइल पर बात नहीं करनी चाहिए।( )

(द) कूड़ा इधर–उधर फेंक देना चाहिए। ( )

3. पुराने समय में संदेशों को एक स्थान से दूसरे स्थान पर भेजने के लिए किन-किन साधनों का प्रयोग होता था, बड़ों से पता करके लिखो।

4. मिट्टी के बर्तनों के चित्रों को देखो और इसके उपयोग से मिलान करो–

5. पुराने अखबार एवं पत्रिकाओं से संचार के साधनों के चित्रों को इकट्ठा कर उन्हें कॉपी या चार्ट पर चिपकाओ एवं उनके नाम लिखो।

6. यदि हम यातायात के नियमों का पालन न करें तो क्या होगा ?